



थिमी टाइम्स

Thimi Times WEEKLY

साप्ताहिक



Scan & Watch Yor Mobile

वर्ष १८ अङ्क २६ ने.सं. ११४५ सिल्लागा त्रयोदशी फागुन १४ गते बुधवार, २०८१ 26 Feb. 2025, Wednesday पृष्ठ ८ मूल्य रु १०/-

साना ठूला सबै कम्युनिष्ट पार्टीको मिसन ०८४ को निर्वाचन



काठमाडौं। नेपालको कम्युनिस्ट आन्दोलनमा आम जनताहरूको ठूलै आकर्षण रहेको छ। नेपालको हरेक जसो निर्वाचनको परिणामले पनि नेपालमा कम्युनिष्टहरूको जनमत ठूलै रहेको देखाएको छ। तर विडम्बना नै मान्नु पर्दछ। देशमा अहिलेसम्म कम्युनिष्टहरू एउटै पार्टीमा गोलबन्द हुन भने सकिएको देखिन्छ। यस अघि भएको निर्वाचनमा नेकपा एमाले र नेकपा माओवादी केन्द्रको एकता पछि बनेको नेपाल कम्युनिष्ट पार्टीले संसदमा दुई तिहाई बहुमत सहित सरकार गठन गर्ने अवसर पाएको थियो, तर त्यो एकता कायम हुन सकेन। अन्ततः दोस्रो पटक भएको निर्वाचनमा कम्युनिष्ट पार्टीहरूको सिट संख्या घटेको छ। तर समग्रमा

संसदमा अहिले पनि कम्युनिष्ट पार्टीहरूकै बहुमत सिट संख्या रहेको छ। यसरी नेपालमा कम्युनिष्ट पार्टीको स्थापना भएको ७६ वर्ष हुँदा यो नामका १९ वटा पार्टी अहिले अस्तित्वमा छन्।

कम्युनिस्ट आन्दोलन अगाडि बढाउन सबै एक भएर जानुपर्ने हो। किनकी सबै पार्टीको लक्ष्य समाजवाद हो। साथै आम जनता जो राज्यसत्ताबाट दबाइएकाहरूको हक हितमा आवाज उठाउने र तिनकै उत्थानमा लागेको दावी गर्ने पार्टी हो। तर, जुँगाको लडाइका कारण कम्युनिस्ट नामका पार्टी बसेरिन फुटिरहेका छन्। फुटे पनि जनतामा जाने एजेन्डा भने सबैको एकै खाले रहने गरेको छ। यो वर्ष पनि नेकपा एमालेबाट छुट्टिएका डा.भीम

रावलले पार्टी नखोली 'मातृभूमि जागरण अभियान' चलाइरहेका छन्। उनी अहिले देश दौडाहामा छन्। रावल देश दौडाहामा रहेका बेला सरकारको नेतृत्व गरिरहेको नेकपा एमाले पनि जरा अभियानको रूपमा गाउँ पस्दैछ। त्यसो त एमाले ०७९ को निर्वाचनपछि विभिन्न बहानामा गाउँ पसिरहेको छ।

यता प्रतिपक्षी नेकपा माओवादी केन्द्र, नेकपा एकीकृत समाजवादी पनि गाउँ जडिन्छन्। मोहन वैद्य नेतृत्वको कान्तिकारी कम्युनिस्ट पार्टी, डा. बाबुराम भट्टराईको नेपाल समाजवादी (नयाँ शक्ति), नारायणमान बिजुक्छे नेतृत्वको नेपाल मजदुर किसान पार्टी, नेत्रविक्रम चन्द 'विप्लव' नेतृत्वको नेकपा पनि जनतामाथि

गडरहेका छन्। यी सबैको उद्देश्य ०८४ मा हुने निर्वाचनलक्षित रहेको छ। अहिले संघीय संसदमा कुनै पनि पार्टीको बहुमत छैन। सरकार पनि गठबन्धन गरेर निर्माण भएको छ।

नेपालमा ०४८ यता कम्युनिस्ट नेताहरू बारम्बार सरकारमा गडरहेका छन्। कम्युनिस्ट पार्टीबाटै छ जना प्रधानमन्त्री र एकजना राष्ट्रपति भइसकेका छन्। राजतन्त्र ढलेर गणतन्त्र आउँदा पनि कम्युनिस्टले भन्दै आएको सामाजिक न्यायको महसुस जनताले गर्न सकेको छैन। सुशासन, स्थायित्व र दिगो विकासको एजेन्डा नारामै सीमित रहेको छ। कम्युनिस्ट पार्टी स्थापनाको ७६ वर्षमा मनमोहन अधिकारी, माधवकुमार नेपाल, भलनाथ खनाल, पुष्पकमल दाहाल प्रचण्ड, डा.बाबुराम भट्टराई र केपी शर्मा ओली प्रधानमन्त्री बनि सकेका छन्।

कम्युनिस्ट पार्टीबाटै विद्या भण्डारी दुई पटक राष्ट्रपति बनिन्। तर, कम्युनिस्टहरू बारम्बार सरकारमा हुँदा पनि जनताले पुँजीवादीकै जस्तो स्थिति भोग्नुपरिरहेको छ। जनताले दुःख

बाँकी पेज ७ मा

प्रेस सेन्टरको उपत्यका प्रदेशमा लिम्बुको अध्यक्षतामा नयाँ नेतृत्व



काठमाडौं। प्रेस सेन्टर त्यस्तै खुला तर्फ सचिवमा नेपालको उपत्यका प्रदेश अध्यक्षमा लोकेश लिम्बु निर्वाचित भएका छन्। गत शनीवार काठमाडौंको विजुली बजारस्थित क्रिप्टल ब्याङ्क वेटमा सम्पन्न दोस्रो अधिवेशनबाट लिम्बुको अध्यक्षता २३ सदस्यीय नयाँ कार्यसमिति चयन भएको हो।

समितिको उपाध्यक्षमा बुद्ध योञ्जन, समावेशी उपाध्यक्षमा श्याम तण्डुकार र महिला उपाध्यक्षमा सरिता थापा निर्वाचित भएका छन्। महासचिवमा भने रोशन क्षेत्री गाउँले निर्वाचित भएका निर्वाचन अधिकृत उत्तम श्रेष्ठले जनाएका छन्।

त्यसैगरी सदस्यहरूमा भने नुराज कँडेल, सूर्य खड्का, शम्भु प्रसाद दंगल, कृष्ण अधिकारी, शिवविक्रम शाह, सुरेश भुया श्रेष्ठ, विवेक गुरुङ, रमिला योञ्जन, अप्सरा सिग्देल, नारायण लिखा बाँकी पेज ७ मा

नेपालका स्वार्थ समूहको चङ्गुलमा पर्दा इल्गा सम्मेलन विवादित



काठमाडौं। नेपालमा सुरु समलिङ्गी महिला, समलिङ्गी पुरुषहरूको अन्तर्राष्ट्रिय सङ्गठन इल्गा एसियाको १० औँ सम्मेलन विवादित बनेको छ। नेपालबाट इल्गा एसियाको सदस्य रहेकै संस्थालाई सुरुमा आमन्त्रण गरेर सहभागिता सुनिश्चित गरेको इल्गा एसियाले सम्मेलन सुरु हुँदा वञ्चित

गराएको छ। इल्गा एसियाले स्थानीय आयोजक रहेको ब्लु डायमन्ड सोसाइटी बाहेकका संस्थाहरूबाट दुई/दुई जना सहभागी हुन निमन्त्रणा पठाएको थियो। सम्मेलनको ठेकेदार बनेको ब्लु डायमन्डले नेपालबाट सहभागी

बाँकी पेज ७ मा

शनिबारसम्म आठ दिने स्वयम्भू महोत्सव हुने



काठमाडौं। काठमाडौं महानगरपालिका वडा १५ को आयोजनामा गत फागुन १० गते शनिबारदेखि १७ गते शनिबारसम्म आठ दिने स्वयम्भू महोत्सव शुरु भएको छ।

काठमाडौं महानगरपालिका वडा नं. १५ का वडाध्यक्ष इश्वरमान डंगोलले वडाको भौगोलिक अवस्थिति, धार्मिक, सांस्कृतिक तथा सामाजिक रीतिरिथि र परम्परा, मठ मन्दिर, चैत्य, गुम्बासहितका प्राचीन स्मारकजस्ता विविधतायुक्त विशेषतालाई पहिचानका रूपमा स्थापित गर्न महोत्सवको आयोजना गर्न लागेको कुरा गत बिहिवार स्वयम्भूको भगवान पाउ स्थित उक्त पत्रकार भेटघाटको आयोजना गर्दै जानकारी दिएका थिए।

‘सबैले मेरो महोत्सव हो भन्न

सक्ने, सदभावयुक्त पहिचानको प्रवर्धन गर्न महोत्सव आयोजना गर्न लागिएको हो। यो पहिचानले वडासँगै वडाबासी व्यक्ति, समुदाय, निजी तथा सामाजिक क्षेत्र सबैको दिगो रूपमा आर्थिक तथा सामाजिक विकास हुन सकोस् भन्ने हाम्रो अभिप्राय रहेको छ,’ उनले भने।

महोत्सवमा करिब ६० वटा स्टलहरू रहने र प्रदर्शनीमा घरेलु तथा साना उद्योगबाट उत्पादित वस्तुहरूको बजार व्यवस्थापनका लागि प्राथमिकता दिइने पनि उक्त कार्यक्रममा जानकारी गराए। साथै नेवारहरूको बाहुल्यता रहेको यस क्षेत्रमा नेवा कला, संस्कृति र सम्पदाहरूको बारेमा प्रचार प्रसार गर्ने र सो सम्बन्धी सेवा प्रदान गर्ने योजना रहेको उनले बताए। प्रदर्शनीमा परम्परागत बाजा, नेवा समुदायका जन्मदेखि मृत्यु पर्यन्तका

संस्कारसँग सम्बन्धित चित्र, संस्कृति र परम्परासँग सम्बन्धित चित्र, बुद्धको जीवनीसँग सम्बन्धित चित्र, हुलाक टिकट र मुद्रा संकलनको प्रदर्शनी लगायतका स्टल रहने पनि जानकारी गराए।

वडाबासीले उत्पादन गरेका मौलिक सामान तथा वस्तु प्रदर्शन, नेवाका मौलिक खानाका स्टल, स्वास्थ्य परीक्षण, रक्तदानलगायत सेवा हुनेछन्। रञ्जना लिपि लेखन, मुहार चित्रकारिता (फेस पेन्टिङ) जस्ता क्रियाकलाप महोत्सवका आकर्षण हुनेछन्।

‘पूजाको पौरख, नेपाली गौरव’ नारासहित आयोजना हुने महोत्सवमा सांस्कृतिक तथा मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रम र खेलहरू समावेश गरिनेछ।

बाँकी पेज ७ मा

मातृभाषा दिवसले जगाएको आशा

● जणेश राई

नेपालको संविधान (२०७२) को धारा-६ मा ‘नेपालमा बोलिने सबै मातृभाषाहरू राष्ट्रभाषा हुन्।’ धारा-७ (१) मा ‘देवनागरी लिपिमा लेखिने नेपाली भाषा नेपालको सरकारी कामकाजको भाषा हुनेछ।’ (२) नेपाली भाषाका अतिरिक्त प्रदेशले आफ्नो प्रदेशभित्र बहुसंख्यक जनताले बोल्ने एक वा एकभन्दा बढी अन्य राष्ट्रभाषालाई प्रदेश कानुनबमोजिम प्रदेशको सरकारी कामकाजको भाषा निर्धारण गर्न सक्नेछ। (३) भाषा सम्बन्धी अन्य कुरा भाषा आयोगको सिफारिसमा नेपाल सरकारले निर्णय गरेबमोजिम हुनेछ।’ उल्लेख छ। राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को तथ्यांकअनुसार मुलुकमा १४२ जातजाति छन भने १२४ भाषा बोलिन्छन्।

जागृदै लोपोन्मुख दुरा भाषा नेपालका भाषावैज्ञानिक तथा अनुसन्धानले पत्तालगाए कि दुरा जाति छन् तर भाषा छैन। छिमेकमा रहेका मुक्तिनाथ घिमिरेमात्र दुरा

भाषा जान्छन्। उनैले दुरा भाषा बोल्न, लेख्न, अध्ययन अनुसन्धान गर्दै आएका छन्। उनले जानेका बोलीचाली संकलन गरेर फेरि दुरा समुदायलाई सिकाउन सकिन्छ भनेर सुझाव दिए। तथ्यांकले दुरा भाषा बोल्नेको जनसंख्या १९९१ जना देखाएको छ। तर त्यो मातृभाषा बोल्न जान्नेको संख्या होइन।

अभिलेखन हुँदै लोपोन्मुख कुसुन्डा भाषा

यसैगरी भाषावैज्ञानिकले कुसुन्डा जाति छन् तर दुरा भाषा बोल्न जान्ने दुई जना दिदीबहिनीमात्र छन्। ज्ञानीमैया कुसुन्डा र कमला खत्री छन्। तिनै दुईजनाले जाने जति कुसुन्डा भाषा अध्ययन अनुसन्धान गरेमात्र भाषा अभूँ बचाउन सकिन्छ, भन्ने अभिमत जाहेर गरे। संगसंगै भाषाविज्ञान रुचि राखेर अध्ययन अनुसन्धानमा लागेका आफ्नो विद्यार्थीलाई लोपोन्मुख भाषाको अध्ययन अनुसन्धान तथा अभिलेखीकरण गर्न बाटो देखाए।

त्रिभुवन

विश्वविद्यालय

भाषाविज्ञान केन्द्रीय विभागअन्तर्गत यी दुई लोपोन्मुख भाषाको प्राज्ञिक अध्ययन, अनुसन्धान र अभिलेखीकरण कार्य हुँदैआएको छ। यसैगरी नेपाल सरकार मातहतमा आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान, भाषा आयोग, नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठानलगायत निकायले लोपोन्मुख भाषाहरूको अभिलेखीकरणमा चासो देखाउँदै आएका छन्।

धनबहादुर कुसुन्डा भन्नुहुन्छ- भाषा आयोगले निरन्तर पाँचौँ वर्षसम्म कुसुन्डा भाषाको प्रशिक्षण कक्षा संचालन गरेपछि मातृभाषाप्रति आशा जागेको छ। केटाकेटीले आपसमा बोल्न र बुझ्न सक्ने भएका छन्। सबै एकै ठाउँ बस्न पाए, बोलीचाली निरन्तर हुन्थ्यो। थोरै जनसंख्या, टाढा टाढा बसाइले गर्दा अनेक समस्याहरूले चुनौतीपूर्ण छ। शब्दकोश, पाठ्यसामग्रीहरू छापिएका छन्।

कुसुन्डा भाषाका

अध्यता

बाँकी पेज ७ मा



विद्यार्थीहरूले गर्न थाले फोहरबाट आम्दानी



काठमाडौं । काठमाडौं महानगरपालिका वडा २२ न्यूर ाडस्थित हिमालयन माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरूले विद्यालयबाट उत्पादन भएको फोहर बेचेर आय आर्जन गर्न थालेका छन् । सामुदायिक विद्यालयमा महानगरपालिकाले कार्यान्वयन गरेको बुक फ्री फ्राइडे कार्यक्रमअन्तर्गत गठन गरिएको वातावरण र बालबालिका (वावा) उपसमूहका विद्यार्थीहरू विद्यालयको सरसफाइ गर्दा बटुलिएको फोहर वर्गीकरण गरेर विक्री गर्न थालेका हुन् ।

शुक्रबार महानगरपालिकाकी उपप्रमुख सुनिता ङ्गोलले विद्यार्थीहरूको फोहर विक्री गर्ने अभ्यासको अवलोकन गरिन् । यसक्रममा उपप्रमुख ङ्गोलले विद्यार्थीहरूलाई फोहर कहाँबाट प्राप्ती, प्राप्त भएको फोहरको



वर्गीकरणको तरीका, सरसफाइ र फोहर वर्गीकरण गर्दा व्यक्तिगत सुरक्षाका उपायलगायत बारेमा जानकारी लिएकी थिइन् ।

विद्यार्थीहरूले उपप्रमुख ङ्गोलकै अगाडि वर्गीकरण गरिएको फोहर निकालेर तौल गर्दै विक्री गरेका थिए । यस

विद्यालयमा भित्ताभरि सोकेस राखिएको छ । सोकेसको माथिल्लो भागमा ४ खण्ड छन् । विचको भागमा सूचना र जानकारी दिने ठाउँ छ । तल्लो भागमा ८ कोठा छन् । यी हरेक कोठामा छुट्टाछुट्टै फोहर राखिन्छ ।

यो संरचना हेर्दा फोहरलाई

संकलन गरेर व्यवसायिक रुपमा विक्री गर्न राखिएको जस्तै देखिन्छ । उपलब्ध ठाउँमा विद्यार्थीहरूले गरेको यो प्रयासको प्रशंसा गर्दै उपप्रमुख ङ्गोलले थालिएको कामलाई निरन्तर सञ्चालन गर्न प्रोत्साहन दिइन् ।

‘बाल उमेरमा सिकेको ज्ञानले जीवनभरी काम दिन्छ । यसकारण बालबालिकालाई वातावरणीय सुधारका लागि दायित्व बोध गराउन बावा कार्यक्रम प्रभावकारी रहेकोले यसलाई बुक फ्री फ्राइडेसँग जोडिएको

हो’ ङ्गोलले भनिन् । कार्यक्रममा साभेदारका तर्फबाट एकीकृत सहरी विकास केन्द्रका कार्यकारी निर्देशक नविन विकास महर्जनले फोहर व्यवस्थापन अभ्यास प्रयोगमा आउन थालेपछि आकाशे पानी पुनर्भरणको कार्यक्रम कार्यान्वयन गरिने बताए ।

नेपाललाई दिइएको अनुदानलाई ट्रम्पद्वारा ठगीको संज्ञा !

काठमाडौं- अमेरिकाले नेपाललाई दिइरहेको अनुदान रकम एकपछि अर्को गर्दै रोकित थालेको छ । सुरुमा नेपालभित्र २ खर्ब ६५ अर्बका परियोजना चलाइरहेको युएसएडका सबै कार्यक्रम रोकेका राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले एमसीसी परियोजनासमेत रोकिएका छन् ।

ट्रम्पले कार्यकारी अधिकार प्रयोग गर्दै संसारभर दिइएको अनुदानमा अंकुश मात्रै नभएर दिन बन्द गर्ने घोषणा गरेका छन् । अमेरिकी सहायता परियोजना युएसएड र एमसीसी रोकिएकै बेला राष्ट्रपति ट्रम्पले नेपाललाई गरिएका दुईवटा सहयोगका विवरण नै सार्वजनिक गरेका छन् । उनले नेपाल र भारतलाई दिइएका सहयोगका विवरण सार्वजनिक गर्दै किन यसरी लगानी गरिएको होला भनेर प्रश्न पनि गरेका छन् ।

ट्रम्पले बुधबार एक दस्तावेज सार्वजनिक गर्ने क्रममा नेपालमा

वित्तीय संधीयता कार्यान्वयनका लागि अमेरिकाले दिएको २ करोड अमेरिकी डलरको विवरण सार्वजनिक गरिदिएका छन् । उनले नेपाललाई वित्तीय संधीयताका लागि दिइएको उक्त रकमको नम्बर सुनाउँदै ठगीको संज्ञा दिएका छन् । ‘नेपालको वित्तीय संधीयताका २० मिलियन डलर पठाएका रहेछौं’, उनले दस्तावेज पढ्दै भने, ‘यी नम्बरहरू सुन्नुस् त, यी सबै ठगी हुन् ।’ उनले नेपालको जैविक विविधता संरक्षणका लागि एक करोड ९० लाख डलर पठाएको भन्दै त्यसलाई पनि अनावश्यक भनेका छन् ।

ट्रम्पका निकट सहयोगी इलोन मस्क नेतृत्वको डिपार्टमेन्ट अफ गभर्मेन्ट इफिसिएन्सी (डज) ले तयार पारेको दस्तावेजमा नेपाललाई दिइएका दुई सहयोगसम्बन्धी विवरण उल्लेख छ । ट्रम्पले सार्वजनिक गरेको दस्तावेजमा नेपाल र भारतसहित विभिन्न



देशलाई अमेरिकाले विगतमा विभिन्न शीर्षकमा गरेका सहयोगको लामो सूची छ । यस्तोमा ट्रम्पले यसअघि डेमोक्रेट सरकारले नेपाललाई दुई शीर्षकमा दिएको सहयोगलाई ठगी भनेका हुन् ।

उनले अमेरिकाबाट भारतका मतदातालाई पनि २ करोड १० लाख डलर पठाएको विवरण सार्वजनिक गरेका छन् । ‘हामीले भारतीय मतदाताका नाममा किन यो सहयोग दिइरहेका छौं ? मतदान प्रतिशत बढाउने नाममा त्यहाँ उनीहरूले धेरै पैसा पाए । तर धेरै कर लगाउने देशहरूमध्ये भारत पनि हो । भारतप्रति सम्मान छ । भारतीय

प्रधानमन्त्रीप्रति सम्मान छ । तर यो सहयोग अनावश्यक हो ।’

ट्रम्पले भारतमा मतदान प्रतिशत बढाउन दिइरहेको आर्थिक सहयोग रोक्ने निर्णयबारे पनि बोलेका छन् । ‘हामी भारतलाई २१ मिलियन डलर (२.१ करोड अमेरिकी डलर) किन दिइरहेका छौं ? उनीहरूसँगै धेरै पैसा छ । भारत विश्वमा सबैभन्दा कर लगाउने देशमा एक हो । हामी मुश्किलले उनीहरू नजिक पुग्न सक्छौं । किनकी उनीहरूको करको दर धेरै उच्च छ ।’

हालै अमेरिकाको नयाँ सरकारी विभागका रुपमा स्थापित खर्बपति इलोन मस्कको नेतृत्व रहेको डिपार्टमेन्ट गभर्नमेन्टएफिसिएन्सी(डीओजी) ले विभिन्न देशलाई जाने अमेरिकी सहयोग रोक्ने घोषणा गरेको थियो । यसमा नेपालको संधीयता बलियो बनाउन र छिमेकी भारतमा मतदान बढाउन अनुदान दिइरहेको थियो । अब यी दुवै देशका अनुदान कटौतीमा परेका हुन् ।

चीनका सडकमा देखिए रोबो कप !



काठमाडौं । आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्सपछि बजारमा एआई रोबोटको प्रवेश भइसकेको छ ।

एप्पल तथा मेटाजस्ता दिग्गज अमेरिकी कम्पनीले यस क्षेत्रमा काम गर्ने तयारी गरिरहेको र

इलोन मस्कलाई समेत आंशिक मात्रै सफलता प्राप्त भएको छ । तर, चीन भने एआई रोबोटको क्षेत्रमा विश्वका अन्य देशभन्दा निकै अगाडि बढिसकेको छ । चीनमा रोबोट पुलिस सडकमा देखिन थालेका छन् ।

चीनको ग्वान्जाओ प्रान्तस्थित सेन्जेनमा एआई रोबोटहरू तीव्र रुपमा लोकप्रिय बनिरहेका छन् । सेन्जेनको नानशान जिल्लामा एउटा रोबोटले सार्वजनिक ठाउँमा प्रहरी अधिकारीको रुपमा काम गरिरहेको पिपुल्स डेलीले जनाएको छ । उक्त रोबोट चिनियाँ एआई डीपसीको

अत्याधुनिक लार्ज ल्याङ्ग्वेज मोडेलमा आधारित छ ।

यो रोबोटको विशेषता ?

यहाँ एआई प्रविधिको प्रयोग फूटियन जिल्लामा प्रशासनिक सरकार तथा सार्वजनिक सेवालाई राम्रो बनाउनका लागि गरिँदैछ । सोमबार यसको एउटा भिडियो पनि सार्वजनिक गरिएको छ जसमा १.३८ मिटर लामो मानवस्वरुप रोबोट (ह्युमानोइड रोबोट) लाई देखाइएको छ । उक्त रोबोटले पुलिस अधिकारीसँग हात मिलाउँदै तथा अन्य मानिसहरुतर्फ हात हल्लाउँदै गरेको देखिन्छ ।

चीनमा प्रयोग भईरहेको

ट्रम्पले गरे अश्वेत आन्दोलनलाई सघाएका सैन्य नेतृत्वलाई बर्खास्त



काठमाडौं । अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले गत शुक्रबार राति देशका सबैभन्दा ठूलो सैन्य अधिकारीलाई अचानक पदमुक्त गरिदिएका छन् । ट्रम्पले अमेरिकी सेनाका ज्वाइन्ट चिफ स्टाफ (जेसीएस) का अध्यक्ष चार्ल्स सी. क्यू. ब्राउन जुनियरलाई पदमुक्त गरेका हुन् ।

जेसीएस अमेरिकाको रक्षा विभागका सबैभन्दा वरिष्ठ सैन्य कमाण्डरहरूको समूह हो । यो समूहले राष्ट्रपति, रक्षा मन्त्री, होमल्याण्ड सेक्युरिटी काउन्सिल र नेशनल सेक्युरिटी काउन्सिललाई सैन्य मामिलामा सल्लाह दिन्छ । सी. क्यू. ब्राउनले सन् २०२० मा ब्याक लाइभ्स म्याटर आन्दोलनलाई सार्वजनिक रूपमा समर्थन गरेका थिए । यो आन्दोलन अश्वेत नागरिक जर्ज फ्लोयडको हत्या पछि सुरु भएको थियो । त्यसबेला ब्राउन अमेरिकी वायुसेनाका चिफ अफ स्टाफ थिए ।

त्यस समयमा ट्रम्प अमेरिकी राष्ट्रपति थिए । सन् २०२० को राष्ट्रपति चुनावमा ट्रम्पको पराजयमा यस आन्दोलनको ठूलो भूमिका रहेको मानिन्छ ।

ब्राउनसँगै ट्रम्पले अन्य ५ सैन्य अधिकारीलाई पनि बर्खास्त गरेको अमेरिकी सञ्चार माध्यमहरूले लेखेका छन् । उनीहरू रक्षा विभागका अधिकारीहरू रहेका छन् । बर्खास्त हुनेमा नौसेना प्रमुखको जिम्मेवारी सम्हाल्ने पहिलो महिला अफिसर एडमिरल लिसा फ्रेन्चेटी, वायुसेनाका डेपुटी चिफ जेम्स स्लाइफसहित सेना, वायुसेना र नौसेनाका तीन उच्च ओहदाका अधिकारीहरू रहेका छन् ।

ट्रम्पले ब्राउनको स्थानमा रिटायर्ड वायुसेना जनरल ड्यान केनलाई जेसीएस अध्यक्षको जिम्मेवारी सुम्पिएका छन् । ट्रम्प र ड्यान केनबीच सन् २०१८ मा इराकमा भेट भएको थियो । त्यतिबेला केनले आफू ट्रम्पका लागि ज्यान दिन पनि तयार रहेको बताएका थिए ।

ट्रम्पले तत्कालीन जो बाइडेन नेतृत्वको सरकारले ड्यान केनको पदोन्नति रोक्ने आरोप लगाए । ‘ड्यान केनको पदोन्नति रोकिएको थियो किनभने उनी मेरा नजिकका थिए । उनी फोर-स्टार अफिसर बन्न लायक थिए,’ ट्रम्पले भने ।

यसअघि अमेरिकामा सरकार परिवर्तन भए पनि जेसीएस अध्यक्षलाई हटाउने परम्परा थिएन । सामान्यतः जेसीएस अध्यक्षले चार वर्षको कार्यकाल पूरा गर्छ र दुई प्रशासनलाई जोड्ने काम गर्छ । तर, ब्राउनलाई मात्र १६ महिनामै हटाइयो । उनलाई १ अक्टोबर २०२३ मा जेसीएस अध्यक्ष बनाइएको थियो ।

उनी अमेरिकी सैन्य इतिहासमा दोस्रो अश्वेत अधिकारी थिए, जसले यो पद प्राप्त गरेका थिए । उनी फोर-स्टार फाइटर पाइलट पनि हुन् ।

अमेरिकी रक्षा मन्त्री पीट हेगसेथले पद सम्हाल्नु अघि नोभेम्बरमा ब्राउनलाई हटाउने संकेत गरेका थिए । उनले अमेरिकी सेनामा विविधता र समानता (डीईआई) नीति हटाउनुपर्ने बताएका थिए । ‘अमेरिकी सेनाबाट विविधता र समानताको नीति हटाउनुपर्छ, र यसको पहिलो कदम ज्वाइन्ट चिफ अफ स्टाफका अध्यक्षलाई बर्खास्त गर्नु हो,’ उनले भनेका थिए । अब ब्राउनलाई हटाइएको घटनालाई सोही अभिव्यक्तिसँग जोडेर हेरिएको छ ।

उक्त रोबोटलाई शेन्जेन इन्जिन

एआई रोबोटिक प्रविधि कम्पनीले तयार पारेको हो । ग्लोबल टाइम्सका अनुसार कम्पनीका प्रवक्ताले यस्तो खालका तीनवटा रोबोट लन्च गरिएको बताएका छन् । पछिल्लो संस्करणको नाम पिएमजिरोबन एन्ज हो, जसलाई वास्तविक दुनियाँमा काम गर्ने तरिकाले तयार पारिएको छ ।

यो रोबोट १.३८ मिटर अग्लो छ जसको वजन करीब ४० केजी छ । यो रोबोटमा २४ डिग्री अफ फ्रिडम फिचर रहेको छ । जसका कारणले गर्दा यसले प्रतिसेकेण्ड २ मिटरको गतिमा हिड्न सक्छ । यसको कम्मरमा ३ सय २० डिग्रीमा घुम्ने मोटर जोडिएको छ, जसले विभिन्न खालका चालमा यसलाई सहयोग गर्दछ ।

स्मरण रहोस् चीनमा रोबोटको प्रयोग भएको यो पहिलो

पटक भने होइन । यसअघि पनि सेन्जेनमा रोबोटलाई घुमिरहेको देखिएको थियो, जसको भिडियो पनि भाइरल बनेको थियो । उक्त रोबोटलाई पनि सोही कम्पनीले बनाएको थियो, जसको नाम क्पञ्ज थियो । उक्त रोबोट १.७ मिटर लामो थियो । कम्पनीका अनुसार क्पञ्ज ले मानिसले जस्तै विभिन्न काम गर्न सक्छ । यसले स्क्वाट्स, पुसअप, स्पिनिंग, दौड जस्ता विभिन्न काम कार्य गर्नसक्छ । हालको समयमा विश्वमा विद्यमान अन्य रोबोटहरूमा मानिस जस्तै गरी हिड्ने चालको विकास गर्नु निकै जटिल विषयको रुपमा रहेको छ । तर चीनले यस क्षेत्रमा तीव्र गतिमा उपलब्धि हासिल गरिरहेको छ र प्रहरी अधिकारीको रुपमा रोबोटको प्रयोग गर्नु एउटा ठूलो उपलब्धि हो । एजेन्सीको सहयोगमा

थिनि टाइम्स साप्ताहिक

– छिमेकी तथा आफना साथीभाइको निन्दा गर्ने बानी परापूर्व कालबाटै मानिसको मनोरंजनको विषय बन्दै आएको छ ।

- प्रेमचन्द

सम्पादकीय

साँस्कृतिक अतिक्रमण रोक्न आवश्यक !

धार्मिक स्थल आम जनसमुदायको लागि आस्थाको केन्द्र हो । सो स्थानमा केबलकार बनाउँदा कसैको पहिचान नमेटिए पनि साँस्कृतिक अतिक्रमण भने हुने गरेको छ । पाथीभरा (मुक्कुम्लुङ)मा पनि यस अघि नै साँस्कृतिक अतिक्रमण भने भइसकेको छ । विगत मा किरातहरूको मुक्कुलुङ भनेर चिनिएको स्थानलाई पाथीभरा बनाएर पहिचान मेटाउने काम भइसकेको छ । यसरी आफ्नो थातथलोको पहिचान मेटिदा पनि स्थानीयहरु मौन बसेको अवस्थामा भार्मिक अतिक्रमण हुनु स्वभाविक नै हो ।

अब भने केवलकार निर्माणले स्थानीयको पहिचान मेटिएको भनेर । ताप्लेजुङको पाथीभरा (मुक्कुम्लुङ) क्षेत्रमा केबलकार निर्माण परियोजनामा विवाद गर्नु यस्तै असमभ्दारीको उदाहरण भएको देखिन्छ । परियोजनाले पवित्र धार्मिक स्थल ‘मुक्कुम्लुङ’को गरिमा जोगाउन भन्दै स्थानीय जनताले ‘नो केबलकार’ आन्दोलन सुरु गरेका थिए । बिस्तारै, आन्दोलन अराजक हुँदैजाँदा प्रहरीले गोली चलाउनु परेको थियो । यही क्रममा शनिवार राति केबलकार निर्माण विरोधीसमूह र प्रहरीबीच भडप भएपछि ताप्लेजुङ जिल्ला प्रशासनले फुडीलङ क्षेत्रमा आइतबारदेखि अनिश्चितकालीन निषेधाज्ञा जारी गरेको छ । प्रशासनले जुलुस निस्कन र त्यसपछि शान्ति भञ्ज हुनसक्ने परिस्थिति भएकाले निषेधाज्ञा जारी गर्नुपरेको जनाएको छ ।

केबलकार निर्माणले मुक्कुम्लुङको पहिचान मेटिने भन्दै पहिचानका पक्षधरहरू विरोधमा उत्रेको बताइएको छ । अर्कातिर, स्थानीय नगरपालिकाका प्रमुखलगायत केबलकार निर्माणबाट पहिचान नमेटिने तर स्थानीय विकास र जनजीविकामा सकारात्मक योगदान हुने भन्दै परियोजनाका पक्षमा देखिएका छन् ।

आफ्नो समुदायको गौरव जोडिएको पवित्र स्थलको पहिचान र स्वच्छतामा आँच आउन नदिने स्थानीयहरूको चाहनालाई अस्वाभाविक वा अनुचित भन्नु अन्याय हुन्छ । अर्कातिर, केबलकार निर्माण गरिएका धार्मिक स्थलको महिमा बढेको र स्थानीय क्षेत्रको आर्थिक विकासमा योगदान पुनेगरेको यथार्थ पनि बिर्सनु हुँदैन ।

गहि्रिएर विचार गर्ने हो भने केबलकार निर्माण गर्न र मुक्कुम्लुङको पहिचान तथा पवित्रता जोगाउन चाहनेहरू पक्षविपक्ष भन्दा एकअर्काका परिपूरक हुन् । आन्दोलनरत समुदाय र परियोजना प्रबर्धकहरूका बीचमा सार्थक संवाद भएमा यो विवाद सहजै समाधान हुने देखिन्छ ।

केबलकार निर्माण गरिएका नेपालकै अरू धार्मिक क्षेत्रहरूको महिमा र ख्याति बढेर गएता पनि सांस्कृतिक पहिचानमा अतिक्रमण भने हुने गरेको छ । तसर्थ केबलकार निर्माणपछि त्यस भेगका जनजीवनमा सकारात्मक परिवर्तन र भौतिक विकास पनि भएको देखिन्छ । अर्थात्, केबलकार निर्माणबाट स्थानीय समुदायलाई लाभ नै भएको छ । केबलकारले धार्मिक स्थलहरूको आकर्षण बढाउने गरेको छ । केबलकार धार्मिक आस्थाका केन्द्र र सांस्कृतिक धरोहरप्रति नयाँ पुस्तालाई आकर्षित गर्ने उपाय पनि बनेको देखिएको छ ।

हुनत, जनतामा असन्तोष बढाएर राजनीतिक वा अन्य लाभ लिने तत्त्व पनि आन्दोलनमा घुसेको हुनसक्ला । तर, मूलतः स्थानीयको आर्थिक हित र साँस्कृतिक रुपमा अतिक्रमण रोक्न भने सरोकारवालाहरूले ध्यान पुर्‍याउन आवश्यक छ । आन्दोलनरत पक्ष र परियोजना पक्ष यस तर्फ सजग हुनु आवश्यक छ ।

सरकारको बलको प्रयोग गरेर परियोजना अगाडि बढाउन खोज्ने र आन्दोलनरत पक्ष नो केवलकारको पक्षमा अडिग रहे यो सम्भव पनि हुँदैन । यसैले सरकारले तत्काल दुवै पक्षलाई वार्तामा राखेर निकास निकाल्न मध्यस्थता गरोस् ।

इतिहासले न्याय नगरेका राना मगर

● राजकुमार दिक्पाल

प्रतापसिंह शाहको समयमा सर्वजित राना सक्रिय रहेको एक पत्र इतिहासकार दिनेशराज पन्तले “पूर्णिमा” को पूर्णाङ्क १७ (वैशाख-असार २०२५ :२९)मा प्रकाशित गरेका छन् ।

वि.सं. १८३२ साउन सुदी ५ रोज ३ मा तात्कालीन राजा प्रतापसिंह शाहले दलमर्दन शाहलाई हात्ती उपहार दिँदा यसबारेको जानकारी पाउने भारदारमा सर्वजित् राना पनि एक छन् । पत्रमा “आगे गंगाधर दरोगा लछिमिनारायेन दरोगा मेघु पवास जोरावर पवास दलमर्दन साह धरानि पंथ सर्वजित रानाप्रति. दलमर्दन साहकै सुब्बाई मानको हाति १ हात ४ चाकौं वक्स्यु. आगे साल बाधि लिनु” भन्ने व्यहोरा उल्लेख छ ।

हालको प्रधानमन्त्री सरह पद पाएका मूलकाजी सर्वजित रानाको कार्यकाल लामो समय रहन पाएन । उनी कालगतिले मर्न पनि पाएनन् । त्यहीबेला राजेन्द्रलक्ष्मी र सर्वजीतवारे करणी विराएको बातको हल्ला चल्यो । बहादुर शाह चौतारिया दलजित शाहले श्रीहर्ष पन्थको सहयोग लिएर आठपहरियाहरूद्वारा दरबार घेर्न लगाई राजेन्द्रलक्ष्मीलाई चाँदीको नेल ठोकी दरबारभित्रै थुनेर मूलकाजी सर्वजीत राना र उनको अनुयायीलाई पक्री कुमारी घरको छिँडीको कोठामा लगेर रातको समय कटाइदिए (ज्ञानमणि नेपाल, “नेपालको महाभारत”-२०५२ :१८-२०)।

दरबारभित्रको यस षडयन्त्रपछि बहादुर शाह शक्तिमा आई नायवी लिएपछि, बालक राजा रणबहादुर शाहकातर्फबाट केही भारदारका नाममा एक लालमोहर प्रसारित गराइदिए । योगी नरहरिनाथले “इतिहास प्रकाशमा सन्धिपत्र सङ्ग्रह” भाग १ (२०५४ :३१) मा प्रकाशित गरेको उक्त लालमोहरमा “सर्वजित रानाले अकर्म गन्यो र काटियो मूलुकको भन्नु श्रीमाहिला बाबालाई बक्स्यौं इनैका मार्फत सित मामिला गर” भन्ने उल्लेख छ ।

समयको चक्र घुम्दै जाँदा फेरि बहादुर शाहलाई दबाएर काका ससुरा चौतरिया महोदामकीर्ति शाहको सहयोगमा राजेन्द्रलक्ष्मी सत्ता र शक्तिमा आइपुगिन् । बहादुर शाहका मुख्य सहयोगी चौतरिया दलजित शाह देश निकालामा परे । धने खवास र बलभद्र खवास हात्तीको पाइलाले कुल्चाएर मारिए । गौरीकान्त र कोटसिंहलाई शूलीमा हालेर मारियो । बहादुर शाहका अर्का सहयोगी श्रीहर्ष पन्तलाई गालामा डामेर मर्याड्दी पारी धपाइयो । त्यसपछि आफ्ना छोरा रणबहादुर शाहको नायवी लिएर उनी सत्तामा सर्वेसर्वा भइन् । आफू शक्तिमा आउनासाथ उनले सर्वजित रानाका भाई बन्धु राना र देवदत्त थापा मगरलाई काजी बनाइन् (नेपाल,२०५२ :२०)।

बन्धु राना आफ्नो समयका चल्लीका काजी थिए। उनका छोरामध्ये सुरविर रानाले मनकामना मन्दिरमा सुनका ढोका बनाई दुई खापामा अभिलेख पनि कुँदाएका थिए। सुरविरका बाबु बन्धु राना र बाजे जैराज रानाले गोरखा दरबारको भारदारीमा राम्रै स्थान पाएका थिए।

मनकामनाको वि.सं. १८५९ चैत वदली ६ को अभिलेखमा “जैराज रानाको नाती बन्धु रानाको छोरा सुरवीर रानाले धर्मपत्र लेपि चन्हाया” भनी लेखिएकोले यसबाट सुरविर राना ठूलै पदमा थिए भन्ने देखिन्छ (धनवज्र बज्राचार्य र टेकबहादुर श्रेष्ठ, “शाहकालका अभिलेख”- २०३७ :३७६) । इतिहासकार नेपाल (२०५२ :१८-२०)ले बन्धु रानालाई बहादुर शाहको षडयन्त्रमा काटिएका मूलकाजी सर्वजित रानाका भाइ भन्ने उल्लेख भएकोले उनको बाबुको नाम जैराज राना हो भन्ने देखिन्छ ।

इ ति हा ि स क ा र भगिराज इइनामले “लिम्बूवानको ऐतिहासिक दस्तावेज सङ्ग्रह” (२०७७ :६१४)मा सुरविर रानाको छापसहित वि.सं. १८६० माघ सुदी १५ रोज ५ को पत्र प्रकाशित गरेका छन् । त्यसमा उनको पद ‘चार अदालतका अमालि ददा’ उल्लेख भएकोले उनी न्यायनिसाफको जिम्मेवारीमा थिए भन्ने स्पष्ट हुन्छ ।

बन्धु रानाका सन्तानमध्ये केही नुवाकोटतिर पुगे भन्ने देखिन्छ। बन्धुका अर्का छोरा फौदबिर रानासम्बन्धी एक लालमोहरबाट यो थाहा पाइन्छ । सांस्कृतिक अन्वेषक देवेन्द्र खापुङबाट यो लेखकले प्राप्त गरेको फौदबिरको जागिरसम्बन्धी वि.सं. १८६५ कात्तिक वदी १ रोज ४ मा राजा गीर्वाणयुद्धविक्रम शाहले जारी गरेको लालमोहरमा “जयराज रानाको नाति बन्धु रानाको छोरा वतन नुवाकोट फौदबिर रानाकै बलवंत रानाको पायेल जुमिलाको सुंवागी मानको पगरि बक्सौ” भन्ने परेबाट फौदबिर त्यसवेला नुवाकोटमा बस्दै गरेका र उनले जुम्लाको सुब्बाको जागिर पाएको भन्ने स्पष्ट हुन्छ । फौदबिरले नुवाकोटको देवीघाटमा वि.सं. १८७२ चैत सुदी ८ रोज २ मा सत्तल निर्माण गरी एक सय मुरी धान आउने खेत गुठी समेत राखिदिएका थिए (बज्राचार्य र श्रेष्ठ, २०३७ :५८४)।

मूलकाजी सर्वजित राना र काजी बन्धु रानाका बुवा जैराज राना पृथ्वीनारायण शाहकालिन गोरखा दरबारका महत्त्वपूर्ण भारदार थिए । इतिहासकार धनवज्र बज्राचार्यले “कन्ट्रीब्यूसन टु नेपालिज स्टडिज” (सिनास जर्नल)को वर्ष १० अङ्क १ र २ (डिसेम्बर १९८२-जून १९८३ :११२-१३)मा कपर्दार सुरसिंह रानालाई काभ्रेकोटबाट लछिमन राना, वीरसिंह खड्का, प्रतिमन राना र रामेश्वर रानाले युद्धमा आफूहरूले पाएको दु :ख र देखाएको बहादुरीका बारेमा उल्लेख गरेको पत्र प्रकाशित गरेका छन् । यो पत्रमा आफूहरूले बहादुरीपूर्वक युद्ध लडेको र घाइते भएको भए पनि आफूहरूको उचित कदर नभएको गुनासो कपर्दार सुरसिंह रानासमक्ष पोखेका छन् । यो पत्रको छेउमा “उप्रांत उमरा जेठाबुढा २ सव बरह्याको सलाम १-जैराज राना जैय्या अरू केटाहरु” भन्ने परेबाट त्यसवेला जैराज रानाको पद जेठाबुढा थियो भन्ने देखिन्छ ।

यो पत्रको तिथीमा माघ कृष्ण १४ रोज ५ मा उल्लेख छ,साल खुलाइएको छैन । तर

काभ्रेकोटको युद्ध वि.सं. १८१६ मा भएको र उक्त सालको पात्रोमा तिथी भिडाउँदा माघ कृष्ण १४ बिहीवार नै पर्ने भएकोले यो पत्र वि.सं. १८१६ कै ठहर्छ ।

यस्तै रणबहादुर शाहको समयमा सक्रिय भारदार अमर सिंह राना पनि उनै जैराजका एक छोरा जसिवन्ततिरका नाती हुन् भन्ने देखिन्छ । वि.सं. १८५५ मा रणबहादुर शाहले गीर्वाणयुद्धविक्रम शाहलाई राजपाठ सुम्पदा भारदारहरूलाई धर्मपत्र गराएका थिए । सो धर्मपत्रमा सही हाल्नेमा अमरसिंह राना पनि एक थिए । धर्मपत्रमा खुलाइएको उनको तीन पुस्तेमा “जैराज रानाका नाति जसिवन्त रानाका छोरा जेठाबुढा अमरसिं राना” भन्ने उल्लेख छ (चित्ररञ्जन नेपाली, “श्री ५ रणबहादुर शाह”-२०७५ :१०९)। यताबाट हेर्दा अमरसिंह राना मूलकाजी सर्वजित र काजी बन्धु रानाका भतिजा भन्ने देखिन्छ।

दरबारिया सेवाका क्रममा वि.सं. १८५७ मा अमरसिंह राना ललितपुरको लुभु क्षेत्रमा कार्यरत देखिन्छन् । तात्कालिन राजा गीर्वाणयुद्धविक्रम शाहले उनको नाममा वि.सं. १८५७ वैशाख सुदी ११ रोज ५ मा सैनिकहरूलाई हतियार लिई नुवाकोटमा हाजिर हुन आउन अमरसिंह रानाको नाममा लेखिएको योपत्र नेपाली (२०७५ :४८)ले प्रकाशित गरेका छन् ।

पृथ्वीनारायण शाहको समयमा पश्चिमी मोर्चाको युद्धमा नेतृत्व गर्ने देवु राना, जुम्ला अधिपत्य गर्न खटिएका प्रबल राना, चीन र तिब्बतसँगको युद्धमा पराक्रम देखाउने प्रतिमन राना र भास्कर राना, अङ्ग्रेजसँगको युद्धका गोरखाली बहादुर शमशेर राना, चामु राना र कीर्ति राना आदि वीर मगरको रगत र पसिनाले भिजेको छ नेपालको माटो ।

कोतपर्वमा परेका राना मगर नेपालको इतिहासमा कोतपर्व एउटा कुख्यात घटनाको रुपमा चर्चित छ । वि.सं. १९०३ भदौ ३१ गते राती मच्चिएको कोतपर्वपछि जङ्गबहादुर सत्ताको शिखरमा पुगे । गोरखाली परम्पराअनुसार ६ थरघर प्रभूतिअनुसार मगरलाई यथोचित स्थानमा अवसर दिइने गरिएको थियो । कोतपर्वअघि तीन पल्टनसहित अभिमानसिंह रानालाई मन्त्रिमण्डलमा समावेश गरिएको थियो ।

माथवरसिंह थापाको हत्यापछि महारानी राज्यलक्ष्मीले गगनसिंहलाई प्रधानमन्त्री बनाउन चाहेकी थिइन् । तर राजा राजेन्द्रको जोडबलले चौतरिया फत्तेजङ्ग शाहलाई प्रधानमन्त्री बनाइयो । भारतमा निर्वासित अवस्थामा रहेका उनलाई बोलाएर प्रधानमन्त्री बनाइयो । त्यसवेला अभिमानसिंह राना पनि भारतमै निर्वासित अवस्थामा थिए । वि.सं. १९०२ असोजमा नेपाल फिर्ता भएपछि उनलाई पनि मन्त्रिमण्डलमा समावेश गरियो, त्यसवेला फत्तेजङ्ग शाह प्रधानमन्त्री भए पनि सात पल्टनसहितका जनरल गगनसिंह शक्तिशाली थिए (बाबुराम आचार्य, “अब यस्तो कहिल्यै नहोस्”-:२०६८ :११३)। त्यसवेला गगनसिंह, दलभञ्जन पाँडे, जङ्गबहादुर र अभिमानसिंह

रानासहितलाई जनरल पद दिइएको थियो ।

भीमसेन थापाले चल्लीमा ल्याएको त्यो समयमा सेनाको आधुनिक पद जनरल पाउने आदिवासी जनजाति समुदायका पहिलो व्यक्ति हुन् - अभिमानसिंह राना मगर । भीमसेन थापा र माथवरसिंह थापाको समयमा उनीहरूका भाइ छोरालाई मात्रै जनरल पद दिइएको थियो । कोतपर्वपछि राणाहरूमा पनि विवाहिताका छोराले मात्रै जनरल पाउने चलन चल्यो ।

कोतपर्वमा अभिमानसिंह रानालाई तात्कालीन महारानी राज्यलक्ष्मीदेवीले गगनसिंहको हत्यारा वीरकेशर पाँडे भएकोले उनलाई तत्काल काट्न भनी आदेश दिँदा उनले भने राजाको आदेश नभई कसैलाई काट्न नसकिने भन्दै रानीको आदेशलाई इन्कार गरेका थिए । कोतको भेलाको अवस्था अराजकतातिर जान लागेको देखेर आत्मरक्षाका लागि उनी आफ्नो पल्टनमा मिसिन खोज्दा जङ्गबहादुरको आदेशमा युद्धवीर अधिकारी नामका सिपाहीले सङ्गीनले उनको छातीमा प्रहार गरे (नेपाल, २०५२ :२३४-३५)।

कोतपर्वमा ज्यान गुमाउने उनी पहिलो भारदार थिए । उनले आफू मर्नुअघि ‘गगनसिंहको हत्यारा जंगे हो’ भनी चिच्याएका थिए । अझ जङ्गबहादुरका छोरा पञ्चजङ्ग राणाले “जङ्गबहादुरको जीवनयात्रा” (२०७४ :६९)मा अभिमानसिंह रानाले “गगनसिंहको हत्यारा जंगबहादुर हो भनी रगतले भित्तामा लेखेको” उल्लेख गरेका छन् ।

कोतपर्वमा जनरल अभिमानसिंह राना मारिए । त्यसवेला भागेर ज्यान बचाउनेमा कप्तान कुलचन्द्र राना र कप्तान रत्नसिंह रानाजस्ता मगर पनि थिए (नेपाल, २०५२ :२५९)। सम्भवतः उनीहरू अभिमानसिंह रानाका पल्टनको र उनीसँग वफादार सैनिक थिए । यसैगरी कोतपर्वमा जङ्गबहादुरलाई साथ दिने मगर पनि थिए । तीमध्ये रामु आले, भिमल आलेसहित बुद्धिबल राना मगरले जङ्गबहादुरलाई साथ दिएका थिए । कोतपर्वपछि दुई आलेले सिपाहीबाट एकैपटक कप्तान पाउँदा बुद्धिबल रानाले चाहिँ सिपाहीबाट एकैपटक सुवेदार पद पाएका थिए (पुरुषोत्तमशमशेर जबरा, “श्री ३ हरूको तथ्यवृत्तान्त”-२०६५ :३९)।

जङ्गबहादुर शक्तिमा आएपछि वि.सं. १९१०मा मूलकी ऐन घोषणा हुँदा त्यहाँ विभिन्न पदाधिकारीहरूलाई पनि साक्षी राखिएकोमा एकैजना मात्रै राना मगरको नाम उल्लेख छ । ती हुन् - लप्टन भीमसेन राना मगर। सम्भवतः त्यसवेला उनी सबैभन्दा उच्च पदका राना मगर थिए ।

अभिमानसिंह रानाको प्रथम प्राणान्तसँगै मगरहरूले कायम गर्दै आएको राजनीतिक विरासतको पनि अन्त्य भयो भने कुँवर खलकका अहिराम कुँवरका सन्तति जङ्गबहादुर राणाको तानाशाही जहानिया शासनको सुरुआत भयो । यो शासन १०४ वर्षसम्म टिक्यो ।

खबरहबबाट समाप्त.....

रील्स हेर्ने लतले नित्याउन सक्छ गम्भीर समस्या, सावधान !

काठमाडौं । के तपाईंको दिनको धेरैजसो समय रील्स स्कोल गर्दै बितिरहेको छ? यो बानीले केही समयका लागि रमाइलोको अनुभूति गराउन सक्छ । तर, के तपाईंलाई थाहा छ लामो समयसम्म मोबाइलमा रील हेर्ने बानीले तपाईंको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पार्न सक्छ? विशेष गरी, बालबालिकामा बढ्दो यो प्रवृत्तिप्रति स्वास्थ्य विशेषज्ञहरू चिन्तित देखिएका छन् ।

स्वास्थ्य विशेषज्ञहरू भन्छन्, अत्यधिक मात्रामा रील हेर्ने बानी स्वास्थ्यका लागि धेरै हिसाबले हानिकारक हुन सक्छ। यसले कुनै पनि काममा लामो समयसम्म ध्यान केन्द्रित गर्ने क्षमतालाई कमजोर बनाउँछ। साथै, लगातार मोबाइलमा समय बिताउँदा शारीरिक सक्रियता घट्छ, जसले दीर्घकालीन रूपमा गम्भीर स्वास्थ्य समस्या निम्त्याउन सक्छ।

रील्सको लत कति हानिकारक छ ? विशेषज्ञहरूका अनुसार, रील्स हेर्ने बानीले मानसिक स्वास्थ्यमा नराम्रो प्रभाव पार्न सक्छ। रील्समा छिटोछिटो सामग्री परिवर्तन भइरहने भएकाले कुनै पनि काममा लामो समय ध्यान केन्द्रित गर्न कठिन हुन्छ।

साथै, अनुसन्धानहरूले देखाएका छन् कि रील्स हेर्दा डोपामाइन नामक न्यूरोट्रान्समिटर सक्रिय हुन्छ, जसले मानिसलाई अस्थायी रूपमा आनन्द प्रदान गरे पनि दीर्घकालीन रूपमा मानसिक सन्तुलन बिगार्न सक्छ। ‘ओपन अवेयरनेस’ अभ्यासले दिन्छ समाधान

हार्भर्ड मेडिकल स्कूलका विशेषज्ञहरूले रील्सको लतबाट बच्न ध्यान (मेडिटेशन) र योग जस्ता उपायहरू अपनाउन सुझाव दिएका छन्। यी विधिहरूले मानसिक स्वास्थ्य सुधार गर्ने, राम्रो निद्रा लाग्ने र रील्सको अत्यधिक प्रयोगका कारण उत्पन्न हुने समस्याहरूलाई कम गर्न मद्दत गर्ने उनीहरूको भनाइ छ ।

विज्ञहरूका अनुसार, ‘ओपन अवेयरनेस मेडिटेशन’ एक प्रभावकारी उपाय हुन सक्छ। यो अभ्यास दिनमा १० मिनेट मात्र गर्दा पनि मनोदशा सुधार गर्न सकिन्छ ।

हार्भर्डका विशेषज्ञहरूका अनुसार, ओपन अवेयरनेस मेडिटेशन जुनसुकै स्थानमा गर्न सकिन्छ-घरमा, अफिसमा, वा यात्रा गर्दा। यसको शुरूआत ‘सास लिने ध्यान’ (ब्रीदिङ मेडिटेशन) बाट गरिन्छ।

कसरी गर्ने ?

नेपाल भाषाका साहित्यकार सम्मानित



काठमाडौं।काठमाडौंमहानगरपालिका-२२ ले साहित्य लेखनका माध्यमबाट नेपाल भाषाको संरक्षण र प्रवर्द्धनमा योगदान गर्नुभएका पाँच साहित्यकारलाई सम्मान गरेको छ । अन्तरराष्ट्रिय मातृभाषा रजत जयन्तीका रूपमा विविध कार्यक्रम आयोजना गरेर मनाउने क्रममा शनिवार वडाले ‘कविता वाचन तथा स्रष्टा सम्मान’ कार्यक्रम आयोजना गरेको हो । सम्मानित हुनुहुनेमा कथाकार पुष्प चित्रकार, कथाकार सुवर्णकेशरी चित्रकार, कथाकार तथा गीतकार निरञ्जनरत्न शाक्य, कवि नवीन चित्रकार र कवि श्रीराम श्रेष्ठ हुनुहुन्छ ।

कार्यक्रममा भाषा आयोगका अध्यक्ष डा गोपाल ठाकुरले भाषामा विविधता हुनु नै नेपालको सुन्दरता भएको बताउनुभयो ।

उहाँले पहिले बोलेका भरमा वा लेखेका भरमा दण्डित हुनुपर्ने अवस्था थियो, अहिले त्यो अवस्था छैन भन्नुभयो । वडा नं २२ का अध्यक्ष एवं महानगरपालिकाको शिक्षा स्वास्थ्य समितिका संयोजक चिनीकाजी महर्जनले बहुभाषिक नेपालीले नेपालको सुन्दरता उज्यालो बनाएको उल्लेख गर्नुभयो ।

कामपाको जिम्मेवारीको प्रसङ्ग उठाउँदै वडाध्यक्ष महर्जनले भन्नुभयो, “स्थानीय सरकारको दायित्वभित्र पूर्वाधार निर्माणसँगै सामाजिक, सांस्कृतिक तथा भाषिक अवस्थितिलाई जोगाउनु पनि हो । यसको विकास र विस्तार गर्नु पनि हो । यसकै लागि हामीले प्रयास गरेका हौं ।”

यस क्रममा भाषिक आयोगका सदस्य सुरेशकिरण मानन्धरले युनेस्कोले दिवस

स्थानीय तहबाट समाजवादको अभ्यास गर्न प्रचण्डको निर्देशन

काठमाडौं । नेकपा माओवादी केन्द्रका अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डले पार्टी अब आफ्नै वर्गमा फर्केर स्थानीय तहबाट समाजवादको अभ्यास गर्ने अभियानमा अघि बढेको बताएका छन् । माओवादी केन्द्रको केन्द्रीय कार्यालयले राजधानीमा आयोजना गरेको स्थानीय तहबाट समाजवादको पूर्वाधार निर्माणसम्बन्धी अभिमुखीकरणको शनिवार उद्घाटन गर्दै अध्यक्ष प्रचण्डले पार्टी नेतृत्वमा रहेका पालिकाले समाजवादको अभ्यास शुरु गर्नु निर्देशन पनि दिए ।

पूर्व प्रधानमन्त्रीसमेत रहेका अध्यक्ष प्रचण्डले अब माओवादी केन्द्रले नेतृत्व गरेका सबै पालिका नमूना बन्नुपर्ने र टाढैबाट फरक छन् भनेर चिनिने बनाउनुपर्ने बताए । स्थानीय तहबाट समाजवादी अर्थतन्त्र, संस्कृति र शैलीको थालनी गर्न अब पुरानैको निरन्तरता होइन, नयाँको थालनी गर्ने बेला आएको उल्लेख गर्दै उनले यो रणनीतिक सिफ्ट भएको उल्लेख गरे ।

अध्यक्ष प्रचण्डले समाजवादको सैद्धान्तिक

बहसलाई व्यवहारिक रुपमा स्थानीय तहबाट निर्माण गर्दै लैजाने पार्टीले निर्णय गरेको जानकारी दिए । पार्टीले आठौं महाधिवेशनबाट अघि सारेको नेपाली विशेषताको समाजवाद निर्माण गर्ने मर्ममा साथ माओवादी केन्द्रले नेतृत्व गरेका कयौं स्थानीय पालिकाले उत्कृष्ट नतिजा दिदै आएको उल्लेख गर्दै अध्यक्ष प्रचण्डले स्थानीय विशेषताअनुसारको समाजवादको अभ्यासका लागि अब जनताले फरक महसुस गर्ने कार्यक्रम अघि बढाउनुपर्ने बताए ।

समुदायसित मिलेर स्थानीय विशेषतासहितको समाजवाद निर्माण गर्नुपर्नेमा सबै नेता कार्यकर्ताको समान बुझाइ हुनुपर्ने उल्लेख गरे । अब विकास विदेशीको नक्कल गरेर होइन, आफ्नै विशेषतामा अघि बढाउनुपर्ने उल्लेख गर्दै अध्यक्ष प्रचण्डले आउने पीढीको भविष्यलाई समेत ध्यान दिएर नेपाली समाजमा अग्रगामी विकल्प दिनुपर्ने दायित्व माओवादीको काँधमा आएको स्पष्ट पारे ।

४०६ जना रक्तदाताहरूबाट रक्त संकलन

भक्तपुर । पतंजली जिल्ला योग समिति भक्तपुर अन्तर्गतका महिला समिति, युवा समिति र विभिन्न केन्द्र संघ संस्थाहरूको संयुक्त सहकार्य, समन्वय र आयोजनामा हाल देखिएको रक्त अभावलाई सहयोग पु-याउने उद्देश्यले फागुन १० गते सम्ममा ४०६ जना रक्तदाताहरूबाट रक्त संकलन गरि नेपाल रेडक्रसको जिल्ला शाखा रक्त संचार केन्द्र भक्तपुरलाई प्रदान गरेको छ ।

शंखधरचोकमा गत शनिवार बृहत

रक्तदान कार्यक्रम आयोजना गर्दै समितिले हालसम्म उक्त रगत संकलन गरेको समितिका सदस्य श्रीराम हाकुतरी श्रेष्ठले जानकारी दिए । त्यस्तै आउने फागुन १७ गते शनिवार मध्यपुर थिमिको वडा नै. ६ स्थित पाटी बिहारमा बृहत स्वास्थ्य सशस्वरको आयोजना हुने पनि जानकारी दिए । उक्त स्वास्थ्य हिविरमा मुख्यत मुटुरोगसँग सम्बन्धित रोगीहरूको स्वास्थ्य परिक्षण हुनेछ भने, उक्त कार्यक्रमको आयोजक मध्यपुर थिमि

आँखा बन्द गरेर गहिरो श्वास लिनुहोस् र फाल्नुहोस्। यसले शरीरमा अक्सिजनको मात्रा बढाउँछ र स्नायु प्रणालीलाई शान्त पाछ्छ ।

आफ्नो सासमा ध्यान दिनुहोस्। यदि मन भड्कियो भने, पुनः सासमा केन्द्रित गर्नुहोस्। १० मिनेटसम्म नियमित अभ्यास गर्दा तनाव ४० प्रतिशत कम हुन सक्छ ।

आफ्नो शरीरका सबै भागलाई महसुस गर्नुहोस्, वातावरणलाई अनुभूति गर्नुहोस् र विस्तारै आँखा खोल्नुहोस् ।

यो साधारण ध्यान विधिंले रील्स हेर्ने बानीले सिर्जना गर्ने समस्याबाट जोगिन मद्दत गर्न सक्छ। मानसिक स्वास्थ्यलाई स्थिर राख्न र ध्यान केन्द्रित गर्ने क्षमतालाई सुधार गर्न यसको नियमित अभ्यास गर्नुपर्छ।

यदि तपाईंलाई रील्स हेर्ने बानी नियन्त्रण गर्न गाह्रो भइरहेको छ भने माथि उल्लेख गरिएका उपायका अलवा विशेषज्ञसँग परामर्श लिन सक्नुहुनेछ । उनीहरूले दिने सुझावका आधारमा आफ्नो मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यलाई सामान्य बनाउन सक्नुहुनेछ । एजेन्सीको सहयोगमा

घोषणा गर्नुअघि नेपाल भाषालाई मातृभाषाका रूपमा संरक्षण गर्नका लागि कविता वाचन कार्यक्रम आयोजना गरिएको स्मरण गर्नुभयो । कथाकार पुष्प चित्रकार २०२२ सालमा रेडियो नेपालबाट नेपाल भाषाको समाचारमा रोक लगाएपछि साहित्य सम्मेलन गरेर विरोधको आयोजना गर्नुभएको थियो । उहाँले निवन्ध, कविता र समलोचनामा पनि कलम चलाउनुभएको छ । कथाकार सुवर्णकेशरीले लेख्नुभएका ‘इल फपुङ्की’ जापानी, अङ्ग्रेजी र नेपाली भाषामा अनुवाद भएको छ ।

निरञ्जनरत्न शाक्य न्ह्रदँ समारोह समिति १९४२ का अध्यक्ष हुनुहुन्थ्यो । उहाँका नेपाल संवत् १०९८ मा प्रकाशित निकचा, १९०१ मा प्रकाशित ब्वलासालगायत कृति महत्त्वपूर्ण मानिन्छन् । कवि नवीन चित्रकार भाषिक अधिकारका लागि स्थापित मुनासःयाका संस्थापक हुनुहुन्छ । उहाँले नेपाल भाषाको नाटक निर्देशन पनि गर्नुभएको छ । यस्तै पद्मरत्न तुलाधरले लेख्नुभएको शिक्षक र विद्यार्थी नाटकमा शिक्षकको भूमिका निर्वाह गर्नुभएको छ ।

‘जुलुसहीन जुलुसयु जि हालाच्चना’ कविता सङ्ग्रहका लेखक श्रीराम श्रेष्ठ नयाँ धारको प्रगतिशील कविका रूपमा परिचित हुनुहुन्छ । साहित्यमा कलम चलाउने श्रेष्ठको मूल विधा कविता हो । रासस

उनले १८ महिनाको सरकारको अनुभव र सरकारबाट बाहिरिदै गर्दा जनतामा गरिएको अपिलले जनतामा सकारात्मक प्रभाव पर्दै गएको र माओवादीप्रति पुनः आकर्षण फर्कन थालेको उल्लेख गरे । अध्यक्ष प्रचण्डले पछिल्लो केही समय आवश्यकता भन्दा बढी सहकार्य र समीकरण गर्दै जाँदा आफ्नो वर्ग र समुदायसितको सम्बन्ध कमजोर भएको गम्भीर आत्मसमीक्षा गरेर आफ्नै वर्गमा फर्कनुपर्छ र पार्टीलाई पुरानै अवस्थामा फर्काउन सकिन्छ भन्ने निष्कर्षमा पुगेर नयाँ अभियान थालिएको जानकारी दिए ।

पूर्व राजालाई इङ्गित गर्दै उनले इतिहासको रछयानमा मिल्काइएका तत्वहरूले पनि आफूअनुकूल व्याख्या गर्न थालेको उल्लेख गरे । अध्यक्ष प्रचण्डले अब यो देशको अग्रगामी विकल्प माओवादी मात्रै हो भन्ने तथ्य जनताले बुझिसकेको र त्यसलाई व्यवहारबाटै पुष्टि गर्नपर्नेमा जोड दिएका थिए ।

नगरपालिकाको वडा नं. ६, लायन्स तथा लियो क्लब अफ काठमाडौं लर्डबुद्ध र लायन्स क्लब अफ मध्यपुर शंखधर (३२५ जि) रहेको छ । यस्तै सहयोगी संस्थाहरूमा नेपाल ए.पिएफ. अस्पताल, बलम्बु, ब्लुक्रस ल्याकोटरीज प्रा.लि., प्राञ्जल डाइग्नोस्टिक एण्ड हेल्थ केयर प्रा.लि. र नेपाल हृदयरोग निवारण प्रतिष्ठान, काठमाडौं रहेको जानकारी दिइएको छ । कार्यक्रम बिहान ८ बजेदेखि शुरु हुने छ ।

लामो समय कुर्सीमा बसिरहँदा

मुटु रोग र मधुमेहको खतरा

काठमाडौं । कार्यालय वा सवारीसाधन अथवा घरमा दैनिक रूपमा एकै ठाउँमा लामो समय गतिहीन भएर एकै ठाउँ लामो समय बसिरहँदा त्यसले मुटु र मधुमेहसम्बन्धी गम्भीर स्वास्थ्य समस्याहरूको खतरा बढाउन सक्ने अध्ययनले जनाएको छ ।

सन् १९५३ मा इपिडिमियोलोजिस्ट जेरेमी मोरिसले गरेको एक अनुसन्धानमा लन्डनमा बस कन्डक्टरको दाँजोमा बस चालकहरूमा मुटुसम्बन्धी रोग दुई गुणाभन्दा बढी हुने देखिएको थियो । जनसाङ्ख्यिक हिसाबले उमेर, लिङ्ग र आयको आधारमा काम गर्ने दुई वटा समूह ब्रिटेनमा समान हुन् तर यस्तो उल्लेख्य फरक किन ?

मोरिसको जबाफ छः बस कन्डक्टरले दुई तले बसमा भन्याइ पनि चढनुपर्छौं र टिकट बेच्दा उभिनु पर्छ्यौं तर बस चालक भने लामो समयसम्म सीटमा बसिने रहन्थे ।

उनको ऐतिहासिक अध्ययनले शारीरिक गतिविधि र मुटुको स्वास्थ्यबीचको सम्बन्धबारे प्रारम्भिक अध्ययन गरेको थियो । अहिले लन्डनमा बसमा कन्डक्टर हुने भन्ने विगतको कुरा भए पनि मोरिसको परिणाम विगतमा कहिल्यै नभएको तहमा सान्दर्भिक भएको छ ।

कोभिड-१९ महामारीयता घरबाटै काम गर्ने विषयमा ठूलो परिवर्तन आएको छ र यो बढ्दो क्रममा हँदा हाम्रो एकै ठाउँमा बसिरहने समय बढाउने देखिन्छ । लामो समय एकै ठाउँमा बस्दा (सेडेन्टरी बिहेभिअर) मानिसले बसिरहने कारणले ऊर्जा कम खर्च गर्छ र मुटुो निहुराएर बस्छ ।

आमरूपमा टीभी हेर्नु, गेम खेल्नु, सवारी चलाउनु र कुर्सीमा बसेर काम गर्नुजस्ता कुराहरू त्यसमा पर्छन् । एकै ठाउँमा धेरैबेर बसिरहनु मुटु रोग र टाइप २ डायबिटिज तथा अल्पायुमै मृत्यु जस्ता समस्यासँग जोडिएको हुन्छ । सन् २०२० मा विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले यस्तो व्यवहार कम गर्न उपायहरू सुझाएको थियो ।

सन् २०१० यता अनुसन्धानकर्ताहरूले शारीरिक गतिविधिको कमी र एकै ठाउँमा लामो समय बस्नु भन्ने फरक हो भनेर छुट्टाउन खोज्दै आएका छन् ।

तपाईंले दैनिक पर्याप्त व्यायाम गरेर पनि लामो समय बस्न सक्नुहुन्छ । यद्यपि लामो समय एकै ठाउँमा बसिरहनेको खतरा व्यायाम पर्याप्त नगर्नेहरूमा उच्च हुन्छ ।

नचलमलाइ एउटै ठाउँमा लामो समय बस्दा त्यसले मुटुसम्बन्धी रोगको खतरा किन बढाउँछ ?

प्रारम्भिक अनुमान के हो भने खास गरी खुट्टामा रक्त प्रवाह कम गरिँदँदा त्यसले काम नगर्ने खतरा बढाइदिन्छ । अस्ट्रेलियाको मेलबर्नस्थित डीकिन युनिभर्सिटीको फिजिकल एक्टिभिटी एन्ड न्युट्रिसनका फिजियोलोजिस्ट डेभिड डन्स्टनले लामो समय बसिरहनु र त्यसको असरबारे बृहत् अध्ययन गरेका छन् ।

“मांसपेशीको गतिविधिमा कमी ल्याउनुले बसाइको विशेषता देखाउँछ,“ डन्स्टनले भने । “म यदि कुर्सीमा छु भने कुर्सीले नै सबै जिम्मेवारी लिइरहेको हुन्छ ।”

मांसपेशी कम चल्नु, कम मेटाबोलिक माग र गुरुत्वाकर्षण कम हुँदा त्यसले खुट्टाको मांसपेशीमा कम रक्तसञ्चार गर्छ र त्यसले पिँडुलामा रगत जम्छ । खुट्टा दोवारेर बस्दा पनि त्यसले रक्त प्रवाह कम गर्न सक्छ । खुट्टाको मांसपेशीमा गतिविधि कम हुनुले ‘मेटाबोलिक डिम्यान्ड’ घटाइदिन्छ । रक्त प्रवाहको प्रारम्भिक निर्धारक भनेको मेटाबोलिक डिम्यान्ड हो । त्यसैले खुट्टामा रक्त प्रवाह कम हुन्छ ।

त्यसैले खुट्टा दोवारेर बस्दा त्यसले पिँडुलामा रगत जम्छ - २१ युवा स्वयंसेवकबीच गरिएको अध्ययनले दुई घन्टामा उनीहरूको पिँडुला करिब एक सेन्टिमिटरले बढ्यो। यसले पनि रक्त प्रवाह कम गर्न सक्छ । अनुसन्धानकर्ताहरूका अनुसार १२०-१८० मिनेटसम्म लगातार बसिरहनुलाई लामो समयमा बसेको मान्नुपर्छ । तर बस्ने अवधि बढ्दा त्यसले रक्त प्रवाह नहुने सम्भावना बढ्छ ।

चिल्लो खानेकुरा धेरै खाएर लामो समय बस्नु सबैभन्दा हानीकारक हुने ठानिन्छ । मांसपेशीय कङ्काल प्रणाली (मस्कुलर स्केलेटल प्रणाली) पनि प्रभावित हुन सक्छ । लामो समय बस्दा त्यसले मांसपेशी कमजोर बनाउँछ, हड्डीको घनत्व कम गराउँछ र तन्तुहरूमा बोसो बढाउँछ । साथै, लामो समय एउटै ठाउँमा बस्दा त्यसले शारीरिक असहजपना, काममा तनाव, उच्च डिप्रेसनका लागि पनि कारक बन्न सक्छ ।

टाइप टु डायबिटिजमा अनुसन्धान गरेका डन्स्टनले बसिरहने कार्य खानापछि बढ्ने र त्यसले रगतमा ग्लुकोज र इन्सुलिन बढाउने कुरा उल्लेख गरेका छन् । यी सम्भावित र थाहा भएका परिणामहरू भए पनि हामी किन लामो समय बस्छौं - के हामी यो बानी परिवर्तन गर्न सक्छौं ?

“मलाई लाग्छ मानिसहरू थप गतिहीन भइरहेका छन् किनभने समाजले यसैलाई प्रोत्साहित गरिरहेको छ,“ युनिभर्सिटी अफ सरेका सामाजिक मनोवैज्ञानिक बेन्जमिन गार्डनरले भने । उनले मानिसहरू किन लामो समय एकै ठाउँमा बस्छन् भनेर अनुसन्धान गर्दै आएका छन् ।

“कसैले जानाजान यसो गर्न दबाव दिइरहेका होइनन् । यसो गर्दा बढी काम सक्न सजिलो भएको हो र हामीले आफ्नो काम गर्न खासै धेरै यताउता चल्नु पनि पर्दैन ।” सन् २०१८ मा, गार्डनर र उनका सहकर्मीहरूले बैठकहरू गर्दा उभिने कुराले अनौठो खालको सामाजिक कठिनाइ ल्याएको थियो ।

“हामीले मानिसहरूलाई तीन वटा फरक बैठकहरूमा उभिन प्रेरित गर्‍यौं, र उनीहरूको बैठक सकिएपछि प्रत्येक पटक अन्तर्वाता गर्‍यौं र परिणामहरू चाखलाग्दा थिए,“ गार्डनरले भने । “एउटा औपचारिक बैठकमा, उभिनु उपयुक्त नहुने महसुस गरियो ।”

बसिरहेको ठाउँबाट बेला बेला उठ्ने, हल्का हिँड्ने वा भन्याडका केही खुड्कला उक्लिँदा पनि फाइदा पुग्ने देखिएको छ । हामीलाई लामो समय नबस्नको लागि प्रविधिले पनि भक्कमकाउन सक्छ । एउटा नयाँ अध्ययनमा, एसिलरोमिटर्स नामक शरीरमा लगाउने उपकरणले हाम्रो हिँडाइ, उभ्याइ, सुताइ र व्यायामको २४ घन्टे डेटा राख्छ । डन्स्टानले यसले उभिने समय र लामो समय बसिरहेकोबारे जनाउ दिने बताए ।

यद्यपि, प्रविधिको प्रयोग यसको असर बिना हुँदैन । केही मानिसलाई यसले दिक्क बनाएको वा असंवेदनशील बनाएको हुनसक्छ । गार्डनर र सहकर्मीहरूले बस्नु र उभिने तरिका बारम्बार परिवर्तन गरिरहन प्रेरित गर्छन् । गतिहीन हुने हाम्रो दायरा तोड्ने सामान्य तरिका भनेको उभिनु हो । कम गतिविधि गर्ने व्यक्तिका लागि खास गरी यसले स्वास्थ्यमा महत्त्वपूर्ण फाइदा पुग्छ । हवीलचेयर प्रयोग गर्ने वा चलायमान कम हुनेहरूका लागि भने विशेष किसिमको व्यायामहरू फाइदाकारी हुनसक्छ । तर तपाईंको दिनदिनै चिया बनाउनकै लागि उभिने, जिउ तन्काउने जस्ता सानै परिवर्तनले पनि बसिरहने बानीमा परिवर्तन गराउन सक्छ । (बीबीसीका एनावेल बोनर्को रिपोर्ट)

साना....

पाइरहेका छन् । गरिखाने वर्गको जीवनस्तर उठ्न सकेको छैन । यी विषयमा कम्युनिस्ट पार्टीका नेता तथा कार्यकर्ताहरु मौन छन् । तिनको मुख्य रणनीति निर्वाचन र जित मात्र रहेको छ । सरकारमा गएर नै जनताको समस्याको समाधान हुने रतानमा छन् । अहिले अलग बनेका कम्युनिस्ट नेताहरुबीच पानी बाराबारको स्थिति छ । यस्तोमा टुटेफुटेका कम्युनिष्टहरु एउटै प्रकारको उद्देश्यलाई पनि फरक नाम दिएर गाउँतिर जाँदैछन् । कुन दलको कस्तो छ अभियान ? यहाँ हामी यहीबारे चर्चा गर्दैछौँ ।

सरकारको नेतृत्व गरिरहेको एमाले ७८ सिटसहित संसदमा दोस्रो दलका रुपमा छ । एमाले अध्यक्ष केपी शर्मा ओली प्रधानमन्त्री छन् । उनले ‘मिसन ०८४’ अभियान थालेको ०७९ को निर्वाचनबाटै हो । एकल बहुमतसहित पहिलो पार्टी बन्ने भन्दै एमालेले विभिन्न बहानामा गाउँ अभियान चलाइरहेको छ । कहिले नेतालाई काठमाडौँमा बोलाएर पठाउने, कहिले जिल्ला गएर प्रशिक्षण दिने काममा एमाले सक्रिय छ । पछिल्लो समय एमाले उपमहासचिव प्रदीप ज्ञवाली जिल्ला, जिल्लामा प्रशिक्षण दिन व्यस्त छन् । एमालेले निर्णायक राष्ट्रिय शक्ति बनाउन भन्दै यही माघदेखि चैतसम्म तीन महिने वडाकेन्द्रित अभियान गरिरहेको छ । जसलाई एमालेले जरा केन्द्रित अभियानको नाम दिएको छ ।

सबै जिल्लामा यो र्अभियान चलिरेहेको एमाले सचिव योगेश भट्टराई बताउँछन् । एमालेले सत्ताको बागडोर सम्हालेर पनि जनताका समस्या समाधानमा ध्यान दिन सकेको छैन । निर्वाचनको एक वर्षबाहेक एमाले सत्तामै छ । तर, आशा देखाएर चुनाव लडेको एमालेप्रति जनताको निराशा चुलिंदो छ । एमालेले ०७९ को निर्वाचनलगत्तै फागुन ५ गतेबाट दुई महिने ‘मिसन ग्रासरुट’ अभियान चलाएको थियो । तर ०७९ गत साल वैशाख १० गते बारा १, चितवन २ र तनहुँ १ मा भएको उपनिर्वाचनमा एमालेले निराश भयो ।

त्यसपछि एमालेले ०८० मंसिर १४ देखि पुस २ गतेसम्म ‘भूलाघाट-चिवाभञ्ज्याङ समृद्धिका लागि सङ्कल्प यात्रा’ चलायो । उक्त अभियानमा एमाले मध्यपहाडका २६ जिल्ला र अन्य ११ सहित ३८ जिल्ला पुग्यो । त्यसवेला प्रतिपक्षी एमालेले २६ जिल्लाका समस्याबारे प्रतिवेदन बनायो । तत्कालीन प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डलाई बुझाएको प्रतिवेदन आफैँ कार्यान्वयन गर्ने तहमा एमाले छ । आफैँले बनाएको प्रतिवेदनको अवस्थाबारे एमालेले नजरअन्दाज गरेर बसेको छ ।

पछिल्लो पटक मंसिर १६ गते सरकारमै भएका बेला ४२ वटा स्थानीय तहको उपनिर्वाचनमा एमालेले ८ स्थानमा मात्रै जित्यो । कांग्रेसले १७ र माओवादी केन्द्रले १० ठाउँमा जिते । त्यसपछि अहिले जराकेन्द्रित अभियानका नाममा एमाले गाउँ पसेको छ । अहिले एमालेका तल्लो तहका कार्यकर्तामा छटपटी छ । असार ३१ गते कांग्रेससँग मिलेर सरकार बनाएयता एमाले र ओली दुवैको लोकप्रियताको ग्राफ निरन्तर ओरालोतिर छ । अभियानको नतिजा ०८४ को निर्वाचनमा देखिने छ ।

त्यस्तै नेकपा माओवादी केन्द्र अहिले संसदमा प्रमुख प्रतिपक्षी दलको रुपमा रहेको छ । कम्युनिस्ट पार्टीमा यो संसद्को दोस्रो ठूलो हो । प्रतिनिधि सभामा ३२ सिट छ । ०७९ को निर्वाचनपछि यसै पार्टीबाट अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल प्रचण्ड प्रधानमन्त्री बनेका थिए । तर, असार ३० बाट ओली छन् । ०६४ मा पहिलो पटक संसदीय राजनीतिमा आएको माओवादी पहिलो दल भएको थियो । अहिले त्यही तयारीमा लागेको महासचिव देव गुरुङ बताउँछन् ।

०७९ को निर्वाचनपछि ०८० भदौ १७ देखि चार महिने

‘जनतासँग माओवादी विशेष रूपान्तरण अभियान’ चलाईएको थियो । विधान सम्मेलनअघि पार्टीको स्वरुपबारे जनतासँग छलफल गर्ने भन्दै अभियान चलायो । त्यसवेला सरकारमा भएको माओवादीसँग कार्यकर्ताका थुप्रै गुनासा थिए । सत्तामुखी भएको, सशस्त्र द्वन्द्वपीडितलाई बेवास्ता गरेको, सहिद परिवारलाई अन्देखा गरेको लगायत आक्रोश फागुन १ देखि काठमाडौँको प्रज्ञा भवनमा भएको विधान सम्मेलनमा उठेका थिए ।

जनतासँग माओवादी विशेष अभियानका क्रममा ६ हजार ७ सय वडामा पुगेर माओवादीले चार महिनामा निर्मम समीक्षा गर्ने भनेको थियो । तर त्यो अभियान सफल हुन सकेन । माओवादीसँग कार्यकर्ताको तीव्र असन्तुष्टि थियो । तर ०८१ असारबाट सरकार छाडेपछि माओवादी नेताहरु जिल्ला र प्रदेश भ्रमणमा छन् ।

अध्यक्ष प्रचण्ड पनि देश दैडाहामा विभिन्न जिल्ला पुगे । उनको त्यो यात्रा जारी छ । ०७९ पछि गत वैशाख १० गते बारा १, चितवन २ र तनहुँ १ मा भएको उपनिर्वाचनमा माओवादी कमजोर देखियो । प्रतिपक्षीमा भएर गत मंसिर १६ मा भएको स्थानीय तह उपनिर्वाचनमा १० स्थानमा जित निकाल्यो । उपनिर्वाचन भएका ४२ मध्ये एक स्थानमा माओवादीका उम्मेदवार निर्विरोध भए । माओवादीले आधार इलाकामा धक्का बेहोरेको छ । ०७९ मा जितेका आधार इलाकाअन्तर्गत रूकुम, रोल्पा, जाजरकोटका वडाहरू माओवादीले गुमाएको छ । पार्टीलाई रिकभर गर्न माओवादीले ‘तराई-मधेस जागरण अभियान’ अन्तर्गत १ महिनासम्म सञ्चालन गर्न लागेको छ । फागुन १२ गतेदेखि चैत ७ गतेसम्म तराईका जिल्लाहरूमा अभियान चलाउने निर्णय भएको जानकारी पार्टी सचिव देवेन्द्र पौडेलले दिए । फागुन १२ गते भ्रापाको कचनकवलबाट सुरु हुने छ । अभियानको उद्घाटन कचनकवलस्थित बनियानी बजारमा हुँदै छ । समापन चैत्र ७ गते कच्चनपुरमा हुने छ ।

‘तराई-मधेस जागरण अभियान टोलीमा अध्यक्ष प्रचण्ड, वरिष्ठ उपाध्यक्ष नारायणकाजी श्रेष्ठ, उपलब्ध उपाध्यक्षहरु, महासचिव देव गुरुङ र उप-महासचिवहरु हुने छन् । माओवादीको यो टोलीमा सम्बन्धित जिल्ला र प्रदेशका नेता तथा सांस्कृतिक टोली हुने छ । यस्तै पूर्वउपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुन पनि जोडिँदैछन् ।

माओवादीले २०८२ वैशाखमा मध्यपहाडी लोकमार्ग केन्द्रित पूर्व-पश्चिम जागरण अभियान सञ्चालन गर्ने योजना बनाएको छ । त्यस्तै नेकपा एमालेबाट टुक्रिएको नेकपा एकीकृत समाजवादी पार्टी पनि जनतामाभ्न जाने भएको छ । २०७८ भदौ २ गते निर्वाचन आयोग दर्ता भएको यो कम्युनिस्ट पार्टीमा तेस्रो ठूलो हो । यसको प्रतिनिधि सभामा १० सिट छ । पार्टी स्थापनाको ३ वर्ष पुगिसक्दा पनि यसले प्रभाव पार्न सकेको छैन । त्यसकारण अब एकीकृत समाजवादीले आन्दोलनद्वारा पार्टी निर्माण योजना बनाएर गाउँ जाने भएको छ । गत वर्ष तीन क्षेत्रको प्रतिनिधि सभा उपनिर्वाचनमा पार्टीले उत्साहजनक मत ल्याउन सकेन ।

तर उसले गत मंसिर १६ गतेको स्थानीय तह उपनिर्वाचनमा १ वडा मात्र जितेको छ । पछिल्लो पटक पार्टीको १० औँ महाधिवेशनपछि एकीकृत समाजवादीमा नेताहरुबीच मतभेद बढेको छ । समाजवादीका महासचिव घनश्याम भुसालको संयोजकत्वमा आन्दोलनद्वारा पार्टी निर्माण योजना बनाइएको छ । राजनीतिक परीक्षाको सामना गरिरहेको समाजवादीले फागुन ८, ९ गते बसेको केन्द्रीय समिति बैठकमा पनि यसबारे चर्चा गरेको छ । कार्ययोजनाअन्तर्गत समाजवादीले चैत १५ गतेभित्र केन्द्रीय तहमा सुभाब संकलन र विभिन्न कार्यक्रम

गर्ने योजना बनाएको छ ।

पार्टी निर्माणसम्बन्धी कार्ययोजनामा सबै स्थानीय तह, प्रदेशबाट सुभाब लिएर चैत २० गते सरकारलाई मागपत्र पेश गर्ने योजना छ । यस्तै ०८२ वैशाख २० गते प्रदेश सरकार र पालिकामा आफ्ना मागहरू पेश गर्ने योजना एकीकृत समाजवादीको छ । त्यसपछि जेठ १० गते काठमाडौँमा प्रदर्शन गर्ने भुसालको योजना छ । जेठ तेस्रो हप्ता सरकारले ल्याउने बजेट र आफ्ना मागहरूबारे जानकारी गराउने योजना छ ।

संसदीय राजनीतिमा सहभागी भएका नभएका साना कम्युनिस्ट पार्टी पनि जनतामाभ्न जाँदैछन् । नेत्रबिक्रम चन्द विप्लव नेतृत्वको नेकपाले पनि देशभर कार्यकर्ता र जनतासँग भेटघाट गरिरहेको छ । भर्खरै पहिलो महाधिवेशन गरेको डा. बाबुराम भट्टराई नेतृत्वको नेपाल समाजवादी पार्टी (नयाँ शक्ति) पनि जनतामाभ्न जाने योजनामा छ । यसको निर्णय शनिबार र आइतबार बस्ने बैठकले गर्ने नेता नेत्रप्रसाद चापागाउँले बताए ।

यता, मोहन वैद्य किरण नेतृत्वको क्रान्तिकारी कम्युनिस्ट पार्टीले पनि देशभर अभियान चलाउने योजना अगाडि सारिसकेको छ । यसको तयारीमा नेता कार्यकर्ता जुटेका छन् । प्रभु साहको आम जनता पार्टी मधेस प्रदेशकेन्द्रित पार्टी प्रचारमा छ । एमालेबाट अलग भएर २ महिनाबाट डा. भीम रावल देश दौडाहामा छन् । उनी ०८४ सम्म नयाँ पार्टी खोल्ने योजनामा मातृभूमि जागरण अभियान चलाईरहेका छन् । यस्तै एमालेमा जान ठिक्क परेका वामदेव गौतम पनि ‘नेकपा एकता राष्ट्रिय अभियान’ लिएर देश घुम्ने योजनामा छन् । तर कम्युनिस्ट एक हुने कुरा भने असम्भव जस्तै छ । त्यसैले एक्ला एकलै दौड चलिरेहेको छ । उता विप्लव, नेसपा, क्रान्तिकारि कम्युनिस्ट पार्टी ०८४ को निर्वाचनबाट सदन छिर्ने बाटो बनाउन जुटेका छन् । त्यस्तै संघीय संसदमा एक सिट भएको नेपाल मजदुर किसान पार्टी आठौ महाधिवेशनको तयारी मार्फत जनतामा जाने तयारीमा रहेको छ । पार्टी अध्यक्ष नारायणमान बिजुकछैंको नेतृत्वमा रहेको पार्टीको नेतृत्व आगामी दिनमा के हुने हो भन्ने आम जिज्ञासा रहेको छ ।

शनिबारसम्म...

महोत्सवमा स्थानीय सहभागिता गर्न वडाले वडास्तरीय छलफल आयोजना गरिसकेको छ । यस्तै महोत्सव प्रवर्धनका लागि साइकल च्यालीलगागत कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ । कार्यक्रमको उद्घाटन काठमाडौँ महानगरपालिकाका नगर प्रमुख बालेन शिवाले एक भव्य कार्यक्रमका बिच गरेको थिए । कार्यक्रम आगामी फागुन १७ गते शनिवारसम्म चल्ने छ ।

प्रेस सेन्टरको...

देवान, लिला माया ठटाल र रोशन कुमार सिंह निर्वाचित भएका छन ।

त्यस्तै अनुशासन समितिमा संयोजक रामशरण काफ्ले र सदस्यमा शिवहरि खनाल छन् भने लेखा समितिमा सुधीर पन्थीको संयोजकत्वमा सदस्यहरु शिवप्रसाद बन्जारा र शिवराज ढकाल रहेका छन् ।

निर्वाचन प्रक्रियामा सिङ्गे कार्यसमिति नै निर्विरोध निर्वाचित भएको निवर्तमान अध्यक्ष नवराज दाहालले जानकारी दिए ।

नेपालका...

हुनेहरूको नाम काट्न लगाउँदा सहभागी हुनबाट वञ्चित हुनुपरेको ती संस्थाका प्रतिनिधिहरूले बताए ।

ब्लु डायमन्डका संस्थापक एवं एसियाकै पहिलो समलिङ्गी सभासद् सुनिलबाबु पन्तको बहिर्गमन पछि ब्लु डायमन्ड कब्जामा लिएको स्वार्थ समूहले सम्मेलनमा सहभागी सुनिश्चित भएका अरू संस्थाका प्रतिनिधिको नाम हटाउन लगाएको पुष्टि भएको छ ।

नेपालको संविधानमा यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसङ्ख्यक समुदायको संवैधानिक अधिकार सुनिश्चित गर्न पहल गरेका पन्तलाई समेत इल्ला एसियाले सम्मेलनमा आमन्त्रण नगरेको पाइएको छ । पन्तले ब्लु डायमन्ड स्थापना गर्दा सदस्य बस्न नमानेकाहरूले नै अहिले रजगण गर्दा पन्त मात्रै होइन, उस्तै प्रकृतिको प्रभावकारी अभियान चलाउन थालेको इल्लाकै सदस्य मायाको पहिचान नेपाल सम्मेलनमा सहभागी हुन पाएन ।

पन्तले नेपाल सरकारविरुद्ध यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसङ्ख्यकको पहिचान सहितको अधिकार, वैवाहिक अधिकार र विभेदरहित कानुन खारेज गर्न दायर गरेको रिटमा सर्वोच्च अदालतले निर्देशनात्मक आदेश दिएको थियो । जुन आदेश यो समुदायको लागि कोशेढुंगा बनेको छ । विश्वका विभिन्न देशले यो समुदायको अधिकारका लागि पन्तको रिटमा सर्वोच्चले दिएको आदेशलाई नजिरको रूपमा लिने गरेका छन् । तर, इल्ला एसियाले महत्त्वपूर्ण योगदान गर्ने पन्तको भूमिकालाई नजरअन्दाज गरेको छ ।

पुरुष र महिला भन्दा भिन्न पहिचान भएका व्यक्तिको अधिकारको वकालत गर्दै आएको ब्लु डायमन्ड हाल पुरुष जन्मिएकाले महिला र महिला जन्मिएकालाई पुरुषको पहिचान दिनुपर्ने लविडमा लागेको छ । जसको भिन्न पहिचानका व्यक्तिकहरूले आलोचना गर्दै आएका छन् ।

लिङ्ग परिवर्तनका लागि हर्मोन खान उक्साउने काममा लागेको ब्लु डायमन्डको समुदायले विरोध गर्दै आएका छन् । विरोध गर्नेलाई नजिकै पर्न नदिने ब्लु डायमन्डको स्वार्थ समूहले सहभागिता सुनिश्चित गरिएको संस्थाका प्रतिनिधिलाई सम्मेलनमा सहभागी हुनबाट वञ्चित गराएको छ ।

नेपालमा पहिलो पटक समलिङ्गी विवाह कानुनी रूपमा दर्ता गर्न सफल भएको मायाको पहिचान नेपाललाई सहभागी गराउँदा दातृ निकायको अनुदान सहयोग भोजभतेर र रामरमाइलोमा सकेको ब्लु डायमन्डले इल्ला एसियालाई समेत आफ्नो मुद्दामा पारेर नेपालमा निरन्तर लैङ्गिक तथा यौनिक अल्पसङ्ख्यक समुदायको वकालत गर्ने अभियानकर्मिहरूसँग बदलाभाव राखेको देखिएको छ ।

सम्मेलनको स्थानीय आयोजक ब्लु डायमन्डका अनुसार काठमाडौँको होटेल सोल्टीमा सुरु सम्मेलनमा १५० बढी देशका ६०० भन्दा बढी सहभागी छन् । सम्मेलनको नारा विविधतामा गतिशीलता : न्यायसङ्गत, समावेशी, र दिगो एसियाको लागि एकता भन्ने राखिएको छ । अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले सहायता बन्द गर्ने र दुई लिङ्ग (पुरुष र महिला) लाई मात्रै मान्यता दिने घोषणा गरेकै बेला करोडौँ खर्च गरेर सम्मेलन आयोजना गरिएको छ ।

पहिचान मिडियाले इल्ला एसियालाई सम्मेलनवारे जिज्ञासा राख्दा एजेन्डा तयार भएपछि जानकारी गराउने बताएको थियो । तर, सम्मेलन सुरु हुँदा मिडियालाई नै प्रवेश निषेध गरेको छ । सम्मेलन स्थलमा सञ्चारकर्मीलाई प्रवेश गर्न दिइएको छैन ।

सहयोग रोक्ने ट्रम्पको घोषणालाई विश्वव्यापी रूपमा सीमान्तकृत समुदायहरूको अस्तित्व र मर्यादामा प्रत्यक्ष आक्रमण भनेको इल्ला एसिया आफैँले भने आफ्नै सदस्य संस्थाहरूका समुदायमाथि पक्षपातपूर्ण व्यवहार गरेको अभियानकर्मी मधु केसी बताउँछन् । यस्तो अवस्थामा एसियाभरका विदेशीलाई ल्याएर सम्मेलन गर्नुको औचित्य इल्ला एसियाले पुष्टि गर्नुपर्ने माग अभियानकर्मीहरूले गरेका छन्। दातृ निकायले यस्ता भोजभतेर र रामरमाइलोमा खर्च गर्न बन्द गर्नुपर्ने माग समेत अभियानकर्मीहरूको छ।

यो सम्मेलनको उपलब्धि के हो? यसले के फाइदा गर्छ? यसको जवाफ इल्ला एसिया र ब्लु डायमन्ड

सोसाइटीले सम्पूर्ण समुदायलाई दिनु पर्ने उनले बताए ।

इल्ला एसियाले नयाँ नेतृत्व समेत चयन गर्ने भनिएको छ । नेपालका सीमित टाठाबाठा भनाउँदाहरूलाई मात्र सहभागी गराएर सदस्यहरूलाई नै मताधिकारबाट वञ्चित गराउने काममा इल्ला र ब्लु डायमन्ड हात धोएर लागेको पाइएको छ ।

मातृभाषा...

तथा प्रशिक्षक उदयराज आले ज्यादै उत्साहित भएको बताउनु हुन्छ । किनकि ज्ञानीमैया र कमला खत्रीबाट सिकेको कुसुन्डा भाषामा आफैँले प्रशिक्षण दिएका बालबालिकाले तयार पारेका सिर्जनात्मक पुस्तिकाहरू प्रकाशित भएका छन् । यही २५औँ अन्तर िष्ट्रिय मातृभाषा दिवसका अवसरमा काठमाडौँमा कुसुन्डा भाषाका ती १० वटा पुस्तक सामग्री सार्वजनिक हुँदैछन् । ती पुस्तकमा कुसुन्डा जातिको जीवनशैली, खानपान, चिठीपत्र, निबन्ध, कथा आदि विषय समेटिएका छन् । भाषा आयोगले समेत कुसुन्डा भाषाको पाठ्यसामग्री प्रकाशित गरेको छ । यसअघि कुसुन्डा भाषाको व्याकरण प्रकाशित छ । ‘सोजक’ नामक पुस्तकसँगै उदयराज र कमला खत्रीबीचको अँडियो संवादसमेत निर्माण भएको छ । तथ्यांकले कुसुन्डा भाषा बोल्नेको जनसंख्या २३ जनामात्र देखाएका छ ।

यसैगरी भाषा आयोगले दुरा भाषाको उत्थानमा केही पहल गर्दै आएको छ । दुराको बसोबास क्षेत्र तनहुँ, चितवनलगायत ठाउँमा भाषा कार्यशालाको आयोजना भएको छ । दुरा भाषाविद् मुक्तिनाथ घिमिरे दुरा भाषा उत्थानका लागि आजीवन समर्पित हुँदै आउनु भएको छ । उहाँकै प्रशिक्षणमा अहिले पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तकहरू निर्माण भएका छन् । म्यासेन्जर ग्रुपमा दुरा भाषाको समूहगत प्रशिक्षण सुचारु छ । शिक्षिका कमला दुराले प्रशिक्षण दिनु हुन्छ ।

‘पहिले भाषाविद्ले दुरा भाषा छैन भन्दै आए । अहिल दुरा भाषाको प्रगति भएको छ,’ दुरा सेवा समाजका पूर्वअध्यक्ष तथा मातृभाषा अभियन्ता देवबहादुर दुरा भन्नुहुन्छ, ‘पहिले अनुसन्धानमात्र थियो । अहिले समुदायमा मातृभाषामा बोलीचाली व्यवहार हुन थालेको छ । बालबच्चा बोल्छन् । अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवसमा निरन्तर रूपमा दुरा भाषाको कविता वाचन गर्दै आएको छु । साहित्य सिर्जना अघि बढेको छ । दुरा भाषा बच्यो । हाम्रो पहिचान खुल्यो भनेर उत्साहित छौँ । यो भाषा यहाँसम्म ल्याइपुर्‍याउन मुक्तिनाथ घिमिरेले योगदान दिनु भएको छ ।’ अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवसले दुरा भाषाको उत्थानमा थप जागरण पैदा गरेको देवबहादुरको कथनले पुष्टि गर्छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवस बङ्गाली भाषाको अस्तित्वलाई लिएर आन्दोलन चर्कियो । सन् १९५२ फेब्रुअरी २१ का दिन ढाका विश्वविद्यालयका विद्यार्थी तथा राजनीतिक कार्यकर्ताहरू प्रदर्शनकारीहरू माथि गोली चलाउँदा आधा दर्जन विद्यार्थी र प्रदर्शनकारीले सहादत पाए भने सयौँ घाइते भए । अन्ततः भाषिक आन्दोलनसँगै सन् १९७१ पाकिस्तानबाट छुट्टिएर बङ्गलादेश स्वतन्त्र राष्ट्र बन्यो । बङ्गलादेशले २१ फेब्रुअरी मातृभाषा दिवस मनाउँदै आयो । युनेस्कोले मानक भाषा र साँस्कृतिक अधिकारको सम्मानमा सन् १९९९ मा २१ फेब्रुअरीलाई अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवसका रूपमा घोषणा गर्‍यो । त्यसयता फेब्रुअरी २१ अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवस मनाइँदै आएको छ । सन् २०२५ पच्चीसौँ अन्तर िष्ट्रिय मातृभाषा दिवस हो । यो पटकको नारा ‘दिगो विकासका

लागि भाषाहरूको गणना गर’ रहेको छ ।

संयुक्त राष्ट्रसंघले सन् २०२२ देखि २०३२ लाई आदिवासी भाषा दशक घोषणा गरेको छ । सदस्य राष्ट्र नेपाल सरकारले त्यसनिमित्त पक्कै पनि यो दशकलाई फलिभूत तुल्याउने छ भन्ने आशा राखिएको छ । हो, युनेस्कोले घोषणा गरेको अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवस नेपालमा सन् २०१० फेब्रुअरी २१ (विसं. २०६६)देखि औपचारिक रूपमा मनाउन थालिएको हो । नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठानले गणतन्त्र नेपालको पहिलो राष्ट्रपति डा. रामवरण यादवको प्रमुख आतिथ्यमा अन्तर्राष्ट्रिय भाषा दिवस महोत्सवको शुभारम्भ गरेपछि निरन्तर रहेको छ । मातृभाषा साहित्य महोत्सव गर्दै आएको छ । पहिलो दिन मातृभाषा गोष्ठी हुने गरेको छ । दोस्रो दिन साँस्कृतिक भ्नाँकी प्रदर्शन, बहुभाषिक कविता गोष्ठी र मातृभाषा साहित्य पुरस्कार प्रदान गर्ने गरिएको छ ।

यसैगरी आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान, भाषा आयोगले समेत कविता गोष्ठी र पुरस्कार प्रदान गर्ने गरेको छ । भाषा आयोगले काठमाडौँस्थित बंगलादेश दूतावास, युनेस्कोलगायतलाई गुहारेर कार्यक्रम गर्ने गरेको पाइन्छ । आदिवासी जनजाति आयोग, मधेसी आयोगलगायत यो दिवसमा कार्यक्रम गर्ने गरेका छन् । संविधानमा उल्लेख भएवमोजिम अरु निकायहरूको समेत चासो बढ्न थालेको पाइन्छ ।

बागमती प्रदेशले तामाङ र नेपालभाषा सरकारी कामकाजको भाषा घोषणा गरी कार्यान्वयन प्रक्रिया अघि बढाएको छ । मधेस प्रदेश आवश्यक प्रक्रिया अघि बढाएर अघि बढेको तर केही सिलसिला नमिले पछाडि हटेको स्थिति छ । गण्डकी प्रदेशले गुरुङ र मगर भाषालाई चाँडै सरकारी कामकाजको भाषा बनाउन ऐन जारी गर्ने अपेक्षा गरिएको छ । बाँकी चारवटा प्रदेशले पनि यसतर्फ ध्यान पुर्‍याउने नै छन् भन्ने आशा छ । तर संघीय सरकारले अहिलेसम्म भाषा ऐन जारी नगर्दा उपयुक्त निकास पाउन सकेको स्थिति छैन ।

स्थानीय सरकारमध्ये काठमाडौँ महानगरपालिकाले नेपालभाषालाई विद्यालय तहमा पाठ्यपुस्तक निर्माण गरी शिक्षक दरबन्दीसहित पठनपाठन सुचारु राखेको छ । उपत्यकाका अरु महानगर तथा नगरपालिकाले समेत बाहुल्यताका आधारमा मातृभाषामा पठनपाठनलगायत गतिविधिहरू सुचारु राखेका छन् । यसैगरी देशभरिका ७५३ वटै पाँचकाले स्थानीय मातृभाषीहरूको बाहुल्यताका आधारमा विद्यालय तहमा पठनपाठनको व्यवस्था गर्दै जाने हो र यो क्रम सकारात्मक ढंगले अघि बढ्ने हो भने बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक, बहुधार्मिक मुलुकको पहिचान जीवन्त रहन्छ भन्ने सकिन्छ । मुलुकका विश्वविद्यालयहरूले त्यसैअनुसारका पहलकदमीहरू अघि बढाउँदै लगेको खण्डमा एक दिन मनाइने अन्तर िष्ट्रिय मातृभाषा दिवसको प्रभाव दीर्घकालीनसम्म रहने निश्चित छ । यसैगरी सरकार मातहतका संचार माध्यमहरू गोरखापत्रमा ४५ भाषा, रेडियो नेपालमा २५ भाषा, नेपाल टेलिभिजनमा १४ भाषा र राष्ट्रिय समाचार समितिमा पाँचवटा भाषामा सेवा प्रदान गर्दै आएका छन् । यो सकारात्मक कदम हो । यसका अलावा निजी क्षेत्रबाट खुलेका आमसञ्चारका माध्यमहरूमा समेत मातृभाषाहरूका कार्यक्रम, साहित्य तथा समाचारलाई स्थान दिलाउने पहल हुन जरुरी छ । यति हुँदाहुँदै पनि विज्ञान र प्रविधिको विकास, जर्माफिसियल इन्टेलिजेन्स (एआई)को जातिलाई । मातृभाषी समुदायका भाषालाई ती प्रविधिसित स्पर्धा गर्ने क्षमता दिलाउने उपायको समेत खोजी हुन र लागू हुन जरुरी छ । इन्डिजियसबाट

